

ВОДОЛЕЧЕНИЕ

3-е изданіе безъ перемѣнъ и безъ всякихъ пополненій.

НОВАЯ ВЕСЬМА ПОЛЕЗНАЯ ЗАМѢЧАТЕЛЬНАЯ ЛѢЧЕБНАЯ КНИГА

Изданіе ЗЕМСКАГО.

ПЕЧАТАНО ПО ПОСЛѢДНЕМУ НѢМЕЦКОМУ 49-му ИЗДАНІЮ.

Самое популярнѣйшее изданіе, доступное для всѣхъ

ЗНАМЕНИТЫЙ

ВРАЧЪ—ПАСТОРЪ (СВЯЩЕННИКЪ)

СЕВАСТЬЯНЪ КНЕИППЪ

ЧУДЕСНОЕ

ВСѢМЪ ДОСТУПНОЕ И ЗАМѢЧАТЕЛЬНО ПРОСТОЕ

ВОДОЛѢЧЕНІЕ

ХОЛОДНОЮ или ГОРЯЧЕЮ

ОБЫКНОВЕННОЮ ПРОСТОЮ ВОДОЮ,

смотря по роду болѣзни, въ которой книга трактуется въ высшей степени полезное лѣченіе всѣхъ человѣческихъ обыкновенныхъ и тяжкихъ болѣзненныхъ недуговъ и замѣчательное исцѣленіе ихъ.

Въ особенности лѣчитесь въ деревняхъ

у себя дома сами, въ которыхъ нѣтъ по близости, врачей, или въ отдаленной провинціи.

Съ приложеніемъ весьма необходимаго и весьма интереснаго объясненія издателя - книгопродавца Земскаго объ изложеніи хода его лично-бывшей трудно-тяжкой болѣзни, въ теченіе 5-ти лѣтъ, отъ которой онъ и излѣчился по милости Божіей посредствомъ простой воды и хожденіемъ босо-голыми ногами въ продолженіе отъ 25 и до 35 минутъ по вешней и осенней замороженной травѣ и по снѣгу даже въ зимнее время, но не свыше 7 (градусовъ) мороза. А въ особенности это хожденіе очень полезно отъ 2—3, 4—5 (градусовъ) по только что вновь выпавшему пухлому снѣгу. Смотри въ началѣ этой книгѣ болѣе подробное объясненіе въ предисловіи Г-на Земскаго, которое написано лично имъ самимъ.

Москва.

Аренд. Типо-Литографія Яковлевой, А. П. Поплавскій, Москва, Покровка д. № 4.

1897.

Уважаемый читатель,
вам выпала редкая возможность познакомиться с книгой, которая еще в прошлом веке завоевала огромную популярность и признание миллионов людей благодаря доступности, простоте и высокой действенности приведенных в ней способов и рецептов лечения холодной и горячей водой. Они и сегодня не устарели и практически в неизменном виде лежат в основе современной водотерапии.

При подготовке книги к изданию сделаны лишь самые необходимые корректировки устаревшей орфографии, а манера авторского выражения полностью сохранена. Кое-где оставлены и редакционные правки дореволюционного издания, что придает книге особый колорит.

ЧУДЕСНОЕ И ЗАМЕЧАТЕЛЬНО ПРОСТОЕ

ВОДОЛЕЧЕНИЕ ХОЛОДНОЮ И ГОРЯЧЕЮ

обыкновенною водою

В настоящее время знаменитое и простое водолечение по системе Кнейппа сделалось до такой степени полезным и известным, и не в одной только Германии, но во всей Европе; система этого лечения ввелась и у нас в России. В Германии много уже пооткрывалось таковых водолечебных заведений с целебной целью в важнейших и малых городах, как например: в Вюртемберге, в Имменштадте, в Ульме, в Траунштейне, в Австрии, в Шординге, в Южном Тироле, в Фейтсгехгейме и во многих других городах. Открыты много также во Франции и Англии той же системы Кнейппа. Теперь уже существуют однородные водолечебные заведения в Петербурге. Одной из таковых лечебниц заведует известный всему Петербургу врач Левис. Открыты также несколько водолечебниц и у нас в Москве. Что касается собственно жителей Петербурга и некоторых других городов России, то благодаря заботливости, трудам и успешному ходу лечения в наших рациональных лечебницах Д-ров Роледера, Барановича, Шорштейна, И. Е. Ненсберга, Манассевича, Биршенкера, Афанасьева и Вальденберга, Нордштрема, Диаковского, Крейзера и др., они могли убедиться собственным опытом в неоспоримой пользе этого лечения.

Всемогущий Боже! пошли свое благословение этой весьма полезной книге для распространения ее и у нас в нашей обширной России, которая принесла бы необходимую пользу страждущему человечеству в случаях болезненных недугов.

НЕСКОЛЬКО СЛОВ
от книготорговца-издателя
А. М. ЗЕМСКОГО

Около пяти лет тому назад я был поражен сильным параличным ударом, от действия которого у меня сильно пострадали правая рука, нога; отнята была и воля речи для произношения выражения в языке, поражено было весьма страшно и серьезно и зрение в обоих глазах, а так же и слух. Кроме сих вышесказанных недугов, я ощущал в своей голове непомерно сильное головокружение, так что, сильно шатаясь из стороны в сторону около 25 дней мне невозможно было ходить по комнатам без посторонней помощи, дабы не упасть или не наткнуться на что-либо.

После 25 дней я около года поправлялся крайне медленно и крайне плохо, а языком почти не владел, а если же и выговаривал кое-какие несвязные слова, то с большим трудом. Испытанные докторско-медицинские средства в первом году почти не помогали. На втором году по милости глубокоуважаемых известных московских докторов Михаила Тимофеевича Селезнева, по нервным болезням Сергея Сергеевича Корсакова и Петра Ивановича Бокова, а именно с помощью их у меня несколько развязался язык, немного оправилась рука, порядочно очистилось зрение и немного уменьшилось головокружение, а к поправлению, более лучшему выздоровлению моему в виду уже не имелось в продолжение всех этих трех лет, пока Господь Бог мне не открыл систему лечения германского священника-доктора Севастьяна Кнейппа простою домашнею водою, смотря по болезням, горячею или холодною, но преимущественно же самою холоднейшею водою. Когда я открыл эту, так сказать, чудно-Божественную истинно-великую систему лечения водою, которою я лечился полтора года, я стал поправляться неимоверно быстро: в это короткое время со мной произошли полные чудеса, и тогда спустя месяца четыре с небольшим у меня стала появляться довольно ощутительная теплота в пораженных частях тела, а до этого времени, то-есть в продолжение всех трех лет с половиною я ни одной минуты и ни на одну секунду не ощущал теплоты, а лишь ощущал только один холод, несмотря даже на самые летние жаркие месяца, и во все эти три лета с моей парализно-пораженной руки теплая перчатка в моем книжном магазине не снималась, а также не снималась с пораженно-больной ноги и теплая галоша, а по приезде же домой я тотчас надевал валенок, как уже и

повторяю, несмотря на самые жаркие июньские и июльские месяцы. Но вот теперь же я от своего смертельно-страшного недуга почти окончательно исцелился и остались только лишь малые, ничтожные признаки, и все это по милости простой воды. Еще чрезвычайно мне помогло хождение босо-голыми ногами по мокрой траве, а в особенности по мерзлой во время первых внешних оттепелей, осенних заморозков, и по только что выпавшему пухло-мокрому снегу, по которому я ходил в своем саду голо-босыми ногами от 25-ти и до 35-ти минут, почти что целые два года несмотря и на зимнее время, но не свыше 6-ти и 7-ми градусов мороза. А если же 2, 3, 4 и 5 градусов, то еще полезнее, но непременно, чтобы хождение было по снегу, как уже и повторяю, голо-босыми ногами, не останавливаясь на месте, чтобы не застудить ног. На первое время, когда я открыл незабвенную систему этого лечения, испуг мой был крайний, а также и всех моих домашних, и три дня я не решался ходить по снегу босыми ногами, ибо от роду во всю свою жизнь не хаживал, ни при каких обстоятельствах. Думалось мне, а также и моим домашним: ну, как я страшно простужусь и в лоск свалюсь смертельно, но вышло как раз наоборот, ибо, как я и сам исцелился, а также и другие по этой системе многие исцелились и сейчас продолжают исцеляться, и никаких простуд как со мной, а также и с другими не повстречалось, а только лишь чудные дела совершились с моей болезнью и к полнейшему исцелению ее. Ведь говорится же пословица: «Чем ушибся, тем и лечись», а параличи, ревматизмы и многие другие болезни происходят от простуды. Впрочем, как нужно лечиться, в этой книжке все указания имеются. В Германии открыто множество водолечебных заведений, а поэтому нам ехать в Германию нет надобности, когда мы можем иметь это чудное руководство всегда под рукою. Самые замечательнейшие немецкие доктора констатировали и подтвердили с достоверностию величайшую пользу лечения многих недугов простою водою.

Этой книжки разошлось на немецком языке громадная масса экземпляров, а именно 49 изданий. А потому мы же ее теперь печатаем с 49 немецкого издания.

Книготорговец и издатель ***Александр Земский.***

Примечание. На первое время как только недужно-больной быстро снимет свою обувь с ног и вступит голыми ногами на снег или на мороженную траву, то при каждом разе в ступнях ног ощутит сильный холод; но этот сильный холод будет продолжаться не более как минут пять, а потом уже озноб и холод будет быстро исчезать, и ноги вполне разогреются, в ногах и также во всем теле недужно больного получится какое-то приятное ощущение, и разгоряченная волнующая кровь пробиваясь в пораженные омертвевшие части тела больного субъекта постепенно оживляет их и восстанавливает нормальную жизнь.

СОДЕРЖАНИЕ

ЧАСТЬ ПЕРВАЯ

ХОЛОДНАЯ И ТЕПЛАЯ ОБЫКНОВЕННАЯ ПРОСТАЯ ВОДА И ЕЕ ЧУДЕСНЫЕ СВОЙСТВА В РАЗЛИЧНЫХ БОЛЕЗНЯХ

С вернейшим неоспоримым доказательством и средствами для излечения многих болезней

Еще с исстари некоторые знаменитые врачи положили начало новому методу лечения обыкновенною простою водою. Вместе с другими знаменитостями присоединился к этому методу лечения и знаменитый бессмертный Гуфеланд и подтвердил эту истину в новейшей медицине. Вот его бессмертные слова: «Гигиена, диета, воздух и вода». Молю, чтобы Всевышний Господь Бог да благословил эту мою выпущенную в свет полезную книжку. И кроме того, только неотступные и настоятельные просьбы моих друзей заставили меня написать и издать ее с полезной и благою целью. Да и грешно бы было унести с собою безвозвратно в могилу столько познаний и полезных советов, приобретенных мною долгим многолетним опытом и излеченных мною многих людей обыкновенною простою водою, когда люди разумно ее употребляют с лечебной целью во многих недугах и других болезнях, от которых нередко иногда, дотоле больные, бывали неизлечимы, но посредством воды вполне исцелялись. А в особенности ко мне беспрерывно обращались бедные и больные жители деревень. К этому рабочему и беднейшему классу я всегда относился с особенной любовью, а преимущественно же к заброшенным, забитым и беспомощным.

Автор и врач-священник ***Севастьян Кнейпп.***

ЛЕЧЕНИЕ САМОГО СЕБЯ БЕЗ ПОМОЩИ ВРАЧА ОТ НЕКОТОРЫХ БОЛЕЗНЕЙ

В иных болезнях вернейшим лекарственным средством для этого метода лечения служат: хождение босыми ногами по мокрой траве, по мокрым камням, по только что выпавшему снегу, в холодной воде, затем холодные омывания рук и ног и обмывание колен и общее обливание ледяною водою спинного хребта.

Естественное и простое средство — это ходить босыми ногами, то-есть босиком по указанным предметам. Этот способ может быть применяем самым разнообразным образом во всех сословиях.

Даже маленькие дети должны закаливать самих себя, если они находятся на попечении других. Хорошо, если бы все родители, особенно матери, держались этого правила! Дети, которые умеют уже сами ходить, сами помогают себе в таких случаях. Они, не обращая ни на что внимания, сбрасывают с себя тяжелые, стесняющие ноги ботинки и чулки и счастливы этим особенно раннею осенью или весною, когда их выпускают на вольный воздух, а воздух великое дело, ведь в воздухе вся жизнь наша. Дети делают это совершенно инстинктивно, повинуясь требованиям природы; и мы, отцы и матери, чувствовали бы тоже крайне полезное благоразумие, в чем жизнь и здоровье, в чем болезненные недуги.

В дни моей молодости все в деревне ходили босиком: дети и взрослые, отцы и матери, братья и сестры. В школу, в церковь нужно было идти целый час. Родители давали нам на дорогу кусок хлеба и несколько яблок. Мы брали с собой сапоги и чулки, но они висели у нас на руке или на плече до самого прихода в училище или церковь, и это не только летом, но и в самую холодную осень и даже зимнюю пору. Как только раннею весною начинал таять снег на горах моей родины, мы сейчас же отправлялись гулять босиком по лужам, и нам было весело и приятно, и мы были всегда веселы и здоровы, к тому ж и простуд не знали.

Матерям посвящаю я здесь несколько отдельных слов. Теперь и должен говорить об этом вкратце, но если я с Божьей помощью буду жив и здоров, то обещаю им в другой раз дать несколько более подробных указаний для воспитания. Первая обязанность матерей — позаботиться воспитать более крепкое поколение, стараться устранить возрастающую и так опустошающую человеческое общество изнеженность, слабость, малокровие, нервозность и тому подобные явления, сокрашающие человеческую жизнь. Этого можно достигнуть, если закалить детей с самого малого возраста. Воздух, питание и одежда одинаково нужны старику и грудному младенцу. Чем чище воздух, которым дышит ребенок, тем в лучшем состоянии его кровь. Чтобы приучить эти слабые создания к свежему воздуху, многие матери очень благо-

разумно после теплых купаний обмывают детей в течение нескольких секунд в более холодной воде. Теплая вода обессиливает и изнеживает, холодное же купанье после этого укрепляет, закаливает и способствует здоровому развитию тела. Первоначальные признаки чувствительности, выражающиеся в плаче, исчезают сами собой после 3—4 раз. Таким образом маленькие дети предохраняются от простуды и ее последствий; матери тогда могут не укутывать детей в различные шерстяные материи, мешающие доступу воздуха. В этом отношении очень много грешат против здоровья маленьких детей. Нежные тельца находятся как бы в шерстяной печи: маленькое тельце кряхтит под тяжестью повязок и покрывал, головка укутана, так что ребенок не может ни слышать, ни видеть; на шее, которую прежде всего следует приучить к холоду, кроме всего этого, есть еще какой-нибудь теплый шарф, так что ребенок совершенно отделен от наружного воздуха. Еще когда только нянька взяла на руки ребенка, чтобы идти с ним гулять, нежная мать начинает снова осматривать, хорошо ли закрыт малейший уголок. Можно ли, следовательно, удивляться, что при таких обстоятельствах, при полнейшем отсутствии мало-мальски рационального отношения к закаленности, столько маленьких жертв ежегодно уносится в могилу дефтеритом, горловой жабой и т. п, что многие семьи переполнены слабыми детьми, что матери чуть ли не ежедневно жалуются на различные изнурительные, судорожные явления. Здоровый дух только в здоровом теле. Продолжительного здоровья можно достигнуть только, если закалять себя с ранних лет; неразумно и грешно упускать случай, чтобы не пользоваться добрым советом, а добрым советом никогда не следует пренебрегать.

Великая польза для здоровья ходить босо-голыми ногами, то есть босиком по мокрой траве, в особенности по утренней росе летом, осенью и весной

Ходить босиком по мокрой траве — все равно, смочена ли она росой, дождем или просто полита водой, то есть укреплять свой организм — я советую старым и молодым, здоровым и больным одинаково.

Чем мокрее вода, тем дольше нужно совершать прогулку по ней и, наконец, чем чаще совершать ее, тем лучших успехов и результатов можно достигнуть. Прогулка по траве в общем по правилу должна продолжаться от 1 до 3 четвертей часа. Окончив прогулку, следует сейчас стереть с ног траву или песок, который останется на них и облить тут же холодной водою, чтобы слезла с ног трава и песок, и в таком самом виде надеть на них сейчас же обувь. После прогулки по траве нужно походить обу

тыми ногами по сухому, покрытому песком или камнями месту, сначала немного поскорее, а затем постепенно обыкновенным шагом. Продолжительность этой прогулки зависит от того, как скоро высыхают и нагреваются ноги, и продолжается не более 20—25 и 30 минут.

Я настоятельно требую обратить внимание на слова «сухая обувь» и никогда не одевать после этого мокрые, сырые чулки. Последствия от этого сейчас же появятся, в голове — боль головная, горловая и в шее; это значит уже не поправлять здоровье, не создавать, а разрушать его. Следует напоминать всегда нетерпеливым, неразумным людям, чтобы они не бросали чулки, ботинки и сапоги в мокрую траву, а оставляли их на сухом месте для того, чтобы можно было надеть обувь сухую сразу, согреть потом мокрые, холодные ноги. Этот способ, как и вообще хождение босиком, можно применять даже и тогда, если ноги холодны, ибо мокрая водянистая трава сама согреет их.

ИСТОРИЯ ВОДОЛЕЧЕБНОГО МЕТОДА

О холодной воде

Употребление холодной воды

Холодная вода употреблялась еще в глубокой древности; евреям, мидянам и скифам было известно целебное действие ее. Гиппократ в одном из своих наблюдений усиленно советует употреблять холодную воду против кровотечения при свежих воспалительных процессах, сухой роже и при болезненном опухании суставов. О вывихах и переломах и о других болезнях он нередко отзывается с особенною похвалою о действии воды, упоминая, однако, о теплой воде. Последней он приписывает вредное влияние на нервы костей и зубов. Таким образом, уже в сочинениях Гиппократа мы встречаем указания на полезное применение воды. Также говорят в пользу водолечения и другие знаменитые врачи, многие из них хвалят употребление смоченной холодной водою корпии при рубцевании ран и утверждают вообще, что холодная вода с пользою применяется при наружных страданиях.

В средние века холодная вода была оставлена врачами в забвении; однако в XV столетии ее вновь стали употреблять, особенно в Италии, видя от ее употребления успешные результаты. А в настоящее время, как мы сказали ранее, теперь везде по большим городам и другим удобным местам при хороших источниках воды заведены водолечебницы. Первым же открывателем этой знаменитой системы водолечения был силезский крестьянин Присниц, он первый и завел такую водолечебницу. Простой

случай сделал его имя известным всему миру. Раз, когда он вез нагруженную сеном телегу, та опрокинулась на него всею своею тяжестью и сломала ему три ребра. Подняв его почти замертво, послали за доктором. До прихода доктора больной, пришедши в себя, просил принести ведро ключевой холодной воды, которую он прежде любил пить и умываться ею, находя ее очень спасительною в разных болезнях. Принесли воду. Присниц с трудом опершись на стол, приказал постоянно прикладывать к больным местам своего тела холодные компрессы. Через несколько часов он почувствовал, что опасность воспаления миновала, но велел продолжать прикладывание компрессов еще несколько дней, прерывая их только для кратковременного сна. Скоро после того прискорбного случая ребра его срослись и он совершенно выздоровел. С тех пор Присниц начал лечить водою разные болезни в своей деревне и всегда очень успешно. Молва о его лечении расходилась все дальше и дальше, и из отдаленных мест стали приводить к нему больных, часто даже таких, которые считались неизлечимыми, и, к удивлению всех, Присниц многих из них вылечил. Но для правильного хода лечения нужно было более времени и личный его присмотр. Поэтому Присниц скоро стал строить здания, приспособленные к его способу лечения. Когда молва об успешности его лечения широко распространилась по белу свету, и люди, в особенности простые, зачастую оставленные, выздоравливали благодаря его способу лечения, у него нашлись средства устроить порядочное водолечебное заведение. Его больные должны были безусловно подчиняться всем правилам заведений. В заведении запрещено было пить кофе, всякие спиртные напитки, а также курение и нюханье табаку. Вот его простое лечение простою холодною водою.

Весьма легонькие заметки и выдержки из перевода Зиффермана и других переводчиков; некоторые же выдержки, собственно мною переделаны по тексту с буквального немецкого оригинала и из других источников, не менее важных

Хождение голо-босыми ногами по мокрым, облитым холодной водою плитам и каменьям, с целебной целью для поправления здоровья

Почти в каждом доме и домике, в подвале или в одном из этажей, в прачечной или пекарне и т. д. всегда найдется большее или меньшее место, выложенное камнем. По такому месту, если оно достаточной длины, обыкновенно быстро ходят взад и вперед; по короткому, где уложено не более 4—5 каменных плит, к тому же, чтобы камни были мокры и чтобы не стоять на них, а довольно быстро ходить. Для поливки камней лучше всего употреблять лейку или кувшин. В случае, если камни скоро высыхают, их нужно поливать иногда два, даже три раза; для этого употребляют самую холодную воду.

В тех случаях, когда это укрепляющее средство применяется с целью лечения, продолжительность хождения босыми голыми ногами не должна превышать 15 минут, много 20. Касательно продолжительности времени хождения следует соображаться с состоянием пациента: крепкого ли он или слабого телосложения, малокровен ли и т. д. Обыкновенно достаточно 5 минут. Применяя это упражнение единственно как средство к закалению тела, здоровые люди могут ходить по мокрым камням до 1/2 часа, даже больше, без всякого вреда для себя. Я рекомендую это средство всякому, кто хочет приступить к основательному закалению и укреплению своего тела. Пусть не страшится этого применения воды никто, даже самый слабый и самый чувствительный!

У кого ноги бывают холодны, кто легко подвергается горловым болезням, катаррам, приливам крови к голове, и у кого от этого бывают головные боли, тому я советую как можно чаще совершать такую прогулку по мокрым камням. К воде, которою поливаются камни, хорошо примешивать немного уксусу.

Что касается надевания обуви, в этом случае непременно рекомендуются те правила, какие при хождении по мокрой траве и по снегу, то есть обуваться быстро в сухую обувь. Так и хождение по мокрым камням может совершаться даже и тогда, когда ноги холодны (т. е. не согреты до хождения). Вода их сама согреет.

Более сильное и более полезное действие, чем вышеуказанные способы, оказывает **хождение по свежевыпавшему снегу**. Я ясно говорю: по вновь выпавшему свежему снегу, т. е. такому, который сжимается в ком или прилипает к ногам, подобно пыли, а не по старому жесткому, замерзшему снегу, который слишком холоден и вообще не годится для этого упражнения. Притом же

никогда не следует совершать такой прогулки при резком, холодном ветре, но в такое время, как например, при осеннем и весеннем солнце, когда тает снег. Я знаю многих, которые ходили по такому тающему снегу с самыми лучшими результатами по получасу, по часу и даже по полтора часа. Хождение по снегу может показаться от 4 минут до 5 и 6 очень холодноватым, но после этих указанных минут ноги разгорятся и будет у каждого больного субъекта очень приятное ощущение, так что больной и сам около полчаса не оставит своего хождения. Повторяю еще раз и обращаю особое внимание на то, что нельзя стоять или сидеть, а нужно ходить; иначе и лечение без пользы будет и вредно. Сесть же можно только тогда, когда окончится хождение и тотчас же поскорей нужно обернуть ноги в сухие холщевые портянки или чулки и обуваться скорей и потом, обувшись, еще нужно походить в комнатах или на дворе по сухому месту.

Иногда случается при этом, что чересчур нежные пальцы на ногах, совершенно отвыкшие от внешнего воздуха, не переносят холода и становятся сухими, горячими, больно горят и распухают. Не следует пугаться: это не имеет никакого значения и скоро пройдет — стоит только почаще смачивать их снеговой водой и слегка натирать снегом, или же гусиным салом. При этом случае помогает в высшей степени гусиное сало.

Осенью прогулки по снегу можно заменить хождением по траве, покрытой инеем. Холод тогда бывает гораздо чувствительнее, так как в это переходное время тело еще слишком мало отвыкло от теплоты лета. Зимою же хождение по снегу можно заменять хождением по камням, политым снеговой водой. (Касательно одевания и моциона после хождения по снегу см. указания, изложенные в предыдущих пунктах).

«Это глупости. дурачество» и т. д., так обыкновенно говорят об этом укрепляющем тело упражнении, от которого боятся простудиться, нажить ревматизм, боль горла, катарр и всякую всячину. Но это неосновательно, я могу уверить всякого. Ведь стоит только попробовать, иметь немного силы воли — и вскоре можно убедиться, как неосновательно это предубеждение и как эта прогулка по снегу очень полезна больному организму[1]. Но ходить должно зимой не свыше 6 и 7 градусов мороза, а в особенности это полезно в ясный солнечный день осенью и весной от 1 до 2-х и 3-х градусов мороза.

Вот пример. Недавно ко мне явилась одна молодая девушка, которая жаловалась на сильную зубную боль. «Если бы ты походила минут 15 босиком по свежевыпавшему снегу,— сказал я ей,— то зубная боль прошла бы скоро». Она тотчас же последовала моему совету, поспешила в сад и минут через 15 возвратилась, радостно крича, что зубная боль совсем прекратилась.

[1] Я знаю многих врачей, которые вполне одобряют это упражнение, если только оно совершается с надлежащей осторожностью.

Вот еще другой пример и к тому же очень интересный, сообщенный одним больным, как он лечился и совсем окончательно исцелился от всех страданий и недугов и достиг совершенного выздоровления, восстановления сил и здоровья посредством воды

«Одним из самых несчастливейших людей был, бесспорно, я сам, и это я намерен доказать в настоящее время моим читателям.

Мои страдания были неописанны, так велики, продолжительны и мучительны, что я потерял всякую веру в человеческую помощь. Но когда я стал лечиться холодною водою, с тех пор я достиг высокой степени здоровья, силы, ясности и спокойствия духа, для меня вода сделалась необходимым драгоценным сокровищем. Вода скоро исправила мое пищеварение и сроднилась с желудком, и я с невыразимою радостию начал чувствовать возвращение здоровья; эту радость только может чувствовать совершенно тот, кто был также несчастлив, как я.

Столь долго мною владевшая скорбь и отчаяние переменились на высочайшую радость и блаженство, к какому только способен человек на земле. Мое здоровье и все физическое сложение принимали, мало по малу, более правильный характер, как будто я совершенно переродился. Из адской тьмы я как бы внезапно вышел в жилище света. Кто не знает болезней, тот и верить не может.

Все мое тело получило крепость и силу. Если бы я сам не испытал свойства холодной воды, я бы никогда не поверил, что простая вода могла произвести такое чудесное действие.

Мои до сих пор безобразно худые, мертвые руки пополнели, сделались круглы и мускулисты. Мои столь страшные недуги исчезли, вместо желтоватого цвета лица выступил яркий, юношеский румянец. Все это, равно как и возвратившаяся со здоровьем веселость, принесли мне много радостей, которых я прежде не мог ощущать. Я думаю, что из этого можно вывести такое заключение: вода не только укрепляет тело, но и составляет существенную часть питательной для тела материи; потому что, когда на пирах наслаждались лучшими кушаньями, для меня хороший стакан воды был дороже всевозможных кушаний; так я мало по малу привык к воде, что она сделалась как бы моею стихиею. Так, в настоящее время я вполне совершенно убежден, что простая вода извлекла меня из моего бедственного состояния и сделала счастливейшим и здоровейшим человеком. При этом я также должен рассказать, что образ жизни вел я до лечения водою неподвижный. А движение тела доставляет также коже эластичность, а от упражнения силу и деятельность, чрез что многие болезни, проистекшие от сидячего образа жизни, уничтожились».

РАЗНЫЕ СПОСОБЫ

Погружение в воду частей тела с целебной целью

Необходимо следует некоторое пояснение:

Применение это так делается, которое к тому же очень полезно и оказывает следующее действие: а) служит для укрепления: оно действует на все тело, укрепляет весь организм; б) действует благотворительно на почки, способствует выделению мочи, а потому предохраняет от многих страданий, зарождающихся в почках, мочевом пузыре и в других органах брюшной полости; в) действует очень хорошо на грудь, облегчает дыхание и освобождает желудок от газов; г) особенно хорошее действие оказывает при головных страданиях, головокружении, ножных болях. Это укрепляющее средство применяется следующим образом: делают движения ногами в холодной воде, в ванне, ушате или бочке, погружая сначала ноги до лодыжек. Действие бывает сильнее, если ходить в воде по икры, и самое сильное, когда вода доходит до коленей.

Что касается продолжительности стояния в воде, то можно начать с одной минуты и дойти до 5-6 минут. Чем холоднее при этом вода, тем лучше. После такого упражнения можно делать и зимою в теплой комнате, а летом — на открытом воздухе до восстановления нормальной температуры тела. Зимою в воде можно примешивать снег. Слабые люди могут сначала ходить в теплой воде, затем мало по малу употреблять более холодную и, наконец, перейти к совершенно холодной.

Для *укрепления исключительно оконечностей рук и ног* превосходным образом служит следующее средство: сначала должно **погрузить в холодную** воду, доходящую до коленей или выше, не более одной минуты; затем обнажают руки до плеч и держат их тоже в продолжение одной минуты в холодной воде. Лучше всего поступает тот, кто одновременно делает то и другое. У кого есть большая ванна, тому нетрудно это исполнить. Это упражнение можно совершать и таким образом: ноги ставят в особую посудину, стоящую на полу, обнаженные же руки до плеч погружают в ванночку, находящуюся на стуле. Потом нужно на ноги надеть сухую обувь.

Погружение в воду одних только рук оказывает пользу всякому, кто страдает ознoблениями и у кого постоянно бывают холодные руки. Хорошо поступает тот, кто тотчас же после погружения рук в воду, вытирает кисти рук; в противном случае от действия холодного воздуха может потрескаться кожа на руках.

К числу средств для закаления тела относится также **обливание коленей.** Это применение особенно полезно для ног, так как оно направляет кровь в их бескровные сосуды.

Приведенных средств для закаления организма достаточно. Они могут применяться во всякое время года, летом и зимою. Но должно заметить, что следует соблюдать те указания, которые здесь указаны.

Различные способы употребления воды при окачивании и обливании

Капельный душ

Он отличается от обыкновенного тем, что вода действует здесь в виде капель, падающих последовательно одна за другой в известный промежуток времени.

Он показуется:

1. При местных параличах нервной системы, как центрального, так и периферического происхождения, например, при слабоумии — на голову, при падучей болезни — на затылок.

2. При законченных воспалительных процессах конечностей и туловища с целью размягчить и подготовить к всасыванию воспалительные продукты, в этом случае душ длится от 5 до 10 минут.

Окачивание холодной водой

Эти окачивания предпринимаются в пустой ванне. Температура воды, высота падения и продолжительность окачивания, смотря по цели, бывают различны.

Если дело идет о возбуждении нервной системы и отравлении известных органов, то возбуждающий метод дает желаемые результаты. Но мы знаем из предыдущего, что *сила возбуждения* зависит от температуры употребляемой воды, от кратковременности и быстроты ее применения, от известного количества ее, которое не должно превышать известной меры, чтобы избегнуть охлаждения; далее она зависит от силы давления и от силы струи, которые, смотря по высоте падения воды, бывают различны.

Полное обливание всего тела от самой маковки и до самых пяток

Это обливание, как показывает и самое название, распространяется на все тело от шеи до окончания ног. Делают его следующим образом: пациент садится в ванну или в просторный деревянный или жестяной сосуд, то есть корыто, чан пообширней, неглубокую бочку — в том случае годится всякая посудина,

конечно, удобней ванна. Это обливание можно принимать на коленях или стоя во весь рост. Обливание делают частью-спереди, частью сзади, приблизительно 3-мя лейками воды. Первой лейкой обливают все тело. Следующие другие части тела следует употреблять таким образом, чтобы струя падала на все части тела, главным же образом на позвоночник, главные нервные узлы, на затылок по обе его стороны и на область желудка.

Особенно можно рекомендовать это обливание здоровым, полным людям. Оно закаляет, укрепляет, усиливает циркуляцию крови и освобождает малокровных, боящихся воды людей от их слишком большой чувствительности и раздражительности. Кого морозит, кому холодно, тот не должен делать обливания, прежде чем не восстановит нормальное тепло в теле движением или каким-нибудь искусственным образом, как например, ножной или головной паровой ванной. Во всяком случае это обливание можно делать летом и зимой, причем зимой, конечно, в теплом помещении.

Для слабых и болезненных людей можно и даже должно подогревать воду по крайней мере до такой температуры, какой бывает вода летом в водолечебницах (15—18 градусов R).

В описаниях отдельных болезней указано, в каких случаях и как часто следует применять полное обливание. Я предпочитаю его полной ванне и применяю его вместо последней особенно в тех случаях, где я, обливая особенно больное место, желаю произвести более сильное действие. Довольно часто бывает это при ревматизмах. У больных, у которых я желаю достигнуть особенно сильного растворения и выделения, я применяю после полного обливания еще следующее: смокшая от обливания сорочка выжимается быстро и крепко, и пациент одевает ее на себя на один-полтора часа. (В противном случае, само собою разумеется, она снимается и заменяется сухим бельем). Затем пациент делает движение до тех пор, пока она вполне не согреется и не высохнет.

Еще одно небольшое замечание. У меня нет и я не одобряю употребляемые во многих местах обливания и сильные души, при которых вода, падая с высоты, сильно ударяет. Я решительно не понимаю, чего можно достигнуть такими сильными ударами воды у здоровых, а тем более у больных людей. Для обливания тела ведь не употребляют пожарной трубы. Да и кому придет это в голову? Для обливания вовсе не нужны такие истинно водяные бури, потому что, если болезнь излечима, то этого же можно достигнуть другим способом; если же она неизлечима, то таким резким способом мы скорее повредим, чем принесем пользу.

Обливание верхней части тела

Это обливание является противоположностью обливания нижней части тела.

Больной раздевает все платье до пояса и одевает (на пояс

ницу) платок, чтобы помешать воде стекать вниз. Сосуд, куда стекает вода, может стоять не на земле, а на стуле. Благодаря этому плотным людям легче нагибаться. И для головы такое положение лучше, потому что к ней, все-таки несколько выше поднятой, прилив крови не так силен. Пациент ставит обе руки на дно сосуда так, что вся верхняя часть тела принимает горизонтальное положение и вода при обливании стекает в сосуд.

Первая лейка выливается таким образом, чтобы вода стекла от правой руки и правого плеча, по всей спине до левого плеча и верхней части левой руки. Таким образом смачивают все место, назначенное для обливания. Второю и третьей лейкой обливают главным образом большое симпатическое нервное сплетение по обе стороны седьмого шейного позвонка и затем всю спину и позвоночник, заканчивая всегда верхней частью какой-нибудь руки. Все место, назначенное для обливания, нужно облить 3—4 раза равномерно; пациент должен быть три раза облит водой, стекающей по всей верхней части тела, по груди.

Кто не умеет обливать, кто неопытен еще в этом, я советую тому лить воду таким образом, чтобы она была распределена равномерно на спине обливаемого, чтобы она покрывала спину как бы одеялом. Голову нужно по возможности щадить, а шею, напротив, следует сильно обливать. У кого длинные волосы, тому я совсем не обливаю голову; у кого же короткие волосы, тому я обливаю голову слегка и немного. При обливании нервных субъектов нужно избегать обливать сильно или долго позвоночник или какое-нибудь место на нем. Струя тогда производит ощущение старого ножа и решительно нестерпима, хотя нисколько не опасна. Смотря по надобности обливающий пускает струю более полную или тонкую, более высокую или низкую, т.е. делает ее сильнее или слабее по силе. В то же время он должен узнать, не жалуется ли пациент на особенную боль в каком-нибудь отдельном месте, и смотреть, нет ли у него сыпи, нарывов, кровоподтеков, синяков и т. д.

Чем равномернее стекает вода по облитым частям, тем легче перенести обливание и тем скорее согреваются равномерно все места.

Есть люди (сюда принадлежат особенно полные или имеющие предрасположение к полноте), у которых долго приходится ждать реакции. Это явствует из того, что кожа остается такою же белой, бесцветной, как и до обливания, и не краснеет, как это бывает от взволнованной, возбужденной крови, текущей быстрее к облитым местам. Тогда я способствую этому тем, что после первой лейки слегка обмываю рукой мокрую спину и этим легким трением возбуждаю деятельность кожи. Уже при третьем или четвертом обливании обыкновенно есть полная реакция.

Слабым людям достаточно для обливания одной лейки. Начинающие должны употреблять 1 или 2 лейки, уже привыкшие немного — 2 или 3, сильные и здоровые 5—6 леек. До и после об-

ливания следует быстро обмыть себе грудь, вытереть после этого только руки и лицо, быстро одеться, не вытираясь больше нигде; и начать делать движение или же работать.

Обливание верхних частей тела необходимо после головной паровой ванны (если вместо него нельзя сделать обмывание).

Обыкновенно это обливание делается вместе с обливанием колен и именно в таком порядке что сначала делают это обливание, а затем, одевши на верхнюю часть тела платье, делают обливание колен. Следует еще раз заметить, что вовсе не необходимо делать после обливания верхних частей тела обливание колен.

Оба обливания вместе с тем хорошие средства для закаления; они согревают, вызывают равномерную циркуляцию крови, укрепляют и могут быть применяемы без всякого вреда лицами обоего пола. Я знаю таких, которые по утрам, вставая, делают себе сами эти обливания. Сначала они делают обливание верхних частей тела, ловко обливая спину водой из маленькой лейки. Еще лучше делают те, которые в прачечной или в ванной комнате открывают немного кран и подставляют спину под эту умеренную струю. Они двигают тело под струей, как им угодно, затем они направляют струю крана или лейки на колени. Все это делается лишь 5 минут, а между тем какое благо сделано телу! Если кому-нибудь некого просить обливать себя, а сам он не умеет делать это, пусть обмывает верхнюю часть тела холодной водой. Затем пусть поставит в наполовину наполненный водой сосуд ноги, обнаженные до колен, и обмывает их медленно этою же водой. Даже и при таком простом способе обливаний можно достигнуть хороших результатов.

Обливание рук

Как при обливании колен и бедер обливают только ноги, так иногда обливают одни только руки.

Обливание начинается с кистей рук и идет вверх до плеч. Обыкновенно оно применяется с обеих сторон; для обливания каждой руки берут лейку воды в размере обыкновенного полведра. Это обливание назначается и применяется для закаления рук и полезно для устранения застоев крови в руке, для ослабления воспаления и уменьшения боли от них, а также для излечения от ломоты и ревматизма в руке. Для малокровных и хлоротичных субъектов это очень полезно. Если у кого-нибудь есть бьющий из земли источник, тот может держать в нем обе руки в течение 1 минуты, и я никоим образом не смогу сказать, что это обливание неправильно.

Обливание головы холодною водою

Вот способ этого обливания и нельзя умолчать об этом обливании; но этим я пропустил бы один способ своего водолечения, оказавший мне большие услуги при глазных, ушных болезнях. В этом случае воду льют на голову так, чтобы струя текла за ушами, на щеки и даже секунды 2 на закрытые глаза. Сначала берут одну лейку, полную воды, а потом уже две. Следует снова напомнить, что после обливания головы нужно старательно вытереть насухо волосы.

Обливание спины холодною водою

Способ холодною водою обливания следующий:

Это обливание составляет продолжение только что описанного обливания и совершается следующим образом: первой лейкой воды обливается вся задняя часть тела, от пяток до затылка, остальные 3—5 леек равномерно выливают, поднимая лейку выше или ниже, более сильной или слабой струею, с одной стороны — на все место от шеи вниз до вихрецовой кости и с другой стороны — от левой до правой лопатки. При этом спинной хребет обливается довольно обильно, но не чрезмерно, чтобы по возможности щадить сам позвоночный столб, особенно вначале у весьма чувствительных, раздражительных субъектов. Обливание спины всегда сопровождается или заканчивается быстрым обмыванием груди, живота и рук. Я говорю: сопровождается или заканчивается; первое совершается так, что вода, которая во время обливания затылка стекает по груди вниз, употребляется для обмывания груди. Второе производится непосредственно после обливания, если только не совершается первое. Если делать обливание стоя, то ноги можно не обмывать, так как в этом случае стекающая вниз вода вполне обмывает их.

Обливание спины укрепляет в особенности спинной хребет и способствует кровообращению гораздо более, чем все предшествующие обливания.

Дождевой душ и вспрыскивание

Дождевой душ.

Струя воды раздробляется в мелкую пыль или с помощью металлического сита и направляется на тело больного.

Показуется:

1. При хронических страданиях нервной системы, зависящих от возвышенной чувствительности ее, например, при гиперестезии, судорогах, гисперии и гипохондрии.

2. При истощении от усиленных умственных и физических работ.

3. При возвышенной чувствительности кожи и расположении ее к катаррам и ревматизмам.

4. При гиперемии всех слизистых оболочек вообще, в особенности же детородных органов.

Впрыскивание действует как быстро и сильно возбуждающее средство, особенно на чувствительные части тела.

Оно показуется при обмороках, наркозе, летаргии, судорогах и кровотечениях из открытых ран или полости матки, когда сосуд ее не обладает достаточною силою сокращения. В этом случае вода действует очень полезно.

КОМПРЕССЫ

Применение компрессов из холодной воды

Холодные компрессы

Применение этих компрессов и их приготовление зависит от цели, которую имеют в виду при употреблении холодных компрессов. Компрессы должны быть довольно крепко выжаты и редко меняемы, не ранее как по совершенном высыхании их. Поэтому для накладывания на нужные места компрессы должны быть по возможности толсты и влажны.

Вот как надо приготовлять компрессы

Возьмите большой кусок грубого холста (холст, употребляемый на сенники, вполне годен в данном случае), складывайте по длине 3, 4, 6, 8, 10 раз так, чтобы он покрывал собою, начиная от шеи, грудь и весь живот. По бокам тела холст не должен представляться как бы обрезанным, но должен несколько свешиваться. Сложенный таким образом холст намачивается в холодной воде (зимою можно употреблять и теплую воду), крепко, т. е. совсем выжимается и затем накладывается, как выше описано, на пациента, лежащего в постели. Поверх мокрого холста кладется шерстяное одеяло и вдвое-втрое сложенный кусок сухого холста с целью воспрепятствовать доступу извне, а сверху всего этого кладется еще перина. На шею я обыкновенно кладу еще довольно большой платок или кусок шерстяной материи, чтобы воздух не проникал сверху. Следует быть крайне предусмотрительным при накрывании пациента, так как в противном случае он легко может простудиться.

А потому компресс должен оставаться на теле от 3/4 до 1 часу; если необходимо, чтобы применение, которое в этом случае

должно действовать холодом, было повторено, то и холст, который за это время высох, должен быть вновь смочен и крепко выжат, а потому, как только назначенное время пройдет, должно компресс снять и одеться, потом делают движения ногами по полу тихой поступью или лежат еще немного в постели. Применением компресса для туловища действуют специально на скопление газов в желудке и животе. При этом, как и при последующих применениях, необходимо, чтобы тело было вполне согрето, точно также, как указано и предписано правилом.

Компрессу на передней поверхности соответствует компресс на спину, который всегда производится сначала, если нужно применить оба рода компрессов. При этом необходимо заметить следующее: так как и этот компресс производится в кровати, то, чтобы предохранить от мокроты тюфяки или сенник, на ткань накидывают еще кусок полотна и потом шерстяное одеяло пошире. Намоченный и выкрученный кусок, сложенный в 3—4 раза, раскладывается на шерстяном одеяле так, чтобы он был достаточной длины — от 1 го шейного позвонка — до самого конца позвоночного столба. Потом ложатся в постель на приготовленный компресс, на спину, закладывают шерстяное одеяло на бока и прикрывают еще периной, для предохранения доступа воздуха. И этот компресс должен лежать около 3/4 часа и при более долгом употреблении возобновляем, снова смачиваем, так как компресс для живота, груди и боков действует холодом. Правила те же, что указаны выше. Он прекрасно действует при болях в спине, страданиях спинного мозга, позвоночного хребта и на все тело.

Я знаю, например, много случаев, где подобное средство, примененное два раза в день, избавляло совершенно от страданий. Отлично действует он также при застоях крови, при лихорадочном жаре. Как часто его употреблять и когда возобновлять скажем мы при описании отдельных болезней, а компрессы, взятые вместе, можно производить или один после другого, или оба одновременно; приготовляют их, как уже сказано впереди.

Часто меня спрашивали, как я смотрю на ледяные компрессы, кровопускания и т. д. Здесь я скажу об этом несколько слов.

Кто примиряясь с врагом, подает ему руку с нахмуренным лбом, тому труднее достигнуть своей цели, чем тому, кто протягивает руку с радушной физиономией. Кажется, это сравнение не особенно плохо там, где дело идет о применении воды и льда. Я постоянно считал ледяные компрессы, особенно при наложении на благоприятные части нашего тела (голову, глаза, уши и т. д.) самыми сильными и суровыми из всех средств, какие только могут быть применимы. Средство это не идет рука об руку с природой, помогая ей восстановить нормальные отправления — оно насильно требует от нее чего-то, и это должно отомстить за себя. Ледяной компресс и ледяной пузырь — никогда не употребляются в моих заведениях — и так пусть и навсегда останет-

ся. Представьте себе только эти ужасные контрасты — изнутри большой жар, снаружи лед, а между ними страдающий орган, состоящий из нежного мяса и крови! Последствий такой обоюдной работы я всегда ожидал с большим страхом, и мои опасения, по большей части, всегда оправдывались! Я знал одного господина, который носил на ноге целый год без перерыва, днем и ночью ледяной компресс. Было бы чудом, если бы этот ледяной покров не отнял у него не только жар, но и все природное тепло ноги! Исцеления ноги не было и следа! Но, возразят мне многие, в некоторых случаях это действительно помогает. Может быть, болезнь и не могла противостоять этим принудительным средствам, но что же выходило? Многие приходили ко мне с потерями частей лица, более или менее значительной глухотой, с различного рода ревматизмами, с чрезмерной чувствительностью кожи, особенно головной, и т. д. И все откуда? — «Да вот, с тех-то и тех пор,— следовали ответы,— от пузыря со льдом. Теперь я страдаю этим уже много лет». Конечно, и многие, наверное, будут страдать всю жизнь.

Итак, я говорю еще раз. Я решительно против всякого ледяного компресса, и утверждаю, что даже самый сильный жар, существующий в каком бы то ни было органе или части тела, может быть всегда смягчен и понижен простою водою, если только ее правильно употреблять. Легко, кажется, понять, что если пожар нельзя потушить водою, то его нельзя потушить и льдинами. Я сказал только, что вода всегда окажет помощь, если ее правильно применять. Это не значит, конечно, что вместо обыкновенно употребляемого пузыря со льдом или ледяного компресса нужно наложить как можно больше обертываний, мокрых повязок, например, при воспалении на голове или внутри нее.

Сотня головных повязок и компрессов в этом случае не уничтожат жар, а еще более увеличат его. Нет, мы должны стараться прогнать кровь, распределить ее по другим органам; т. е. я при лечении должен действовать не только на больное место, но на все тело. Прогоняя этого врага, сидящего на голове или внутри нее, я начинаю с ног и постепенно действую на все тело.

Лед очень пригоден, впрочем, и в нашем водолечении — хотя косвенно: летом, когда вода становится слишком теплою, он охлаждает ее.

Теперь, что я скажу о кровопускании, пиявках и вообще о каком бы то ни было уменьшении крови?

Еще 50, 40, 30 лет тому назад редко встречали женщину, которая не пускала бы себе 3—4 раза в год кровь. Дни, благоприятные для этого, были суеверно обозначены различными значками и пометками в календарях. Сами врачи, земские и другие цирюльники называли в этом отношении свою работу резней. Даже в лечебницах, монастырях были установлены особые сроки для кровопускания, причем предписывалась строгая диета (умеренный образ жизни).

Перед этой кровавой резней желали друг другу счастия, после окончания — поздравляли друг друга. И оно, пожалуй, стоило того! Одно духовное лицо того времени уверяло меня, что ему делались кровопускания в течение 32 лет по 4 раза в год, и каждый раз по 8 унций. Итого этот господин потерял $4 \times 8 \times 32 = 1024$ унции крови! Кроме кровопусканий употреблялись еще пиявки, кровососные банки и т. д.

Но как времена переменились! На все эти операции смотрели, как на единственное, важнейшее средство для сохранения здоровья; как же на это смотрят теперь? Смеются над старым безумным взглядом, будто у человека может быть слишком много крови! Около двух лет тому назад один иностранный врач, деятельный и известный в литературе, сказал мне, что он никогда пиявки в глаза не видал! Многие врачи приписывают даже малокровие нынешнего поколения злоупотреблениям кровопусканиями наших отцов. Быть может, это и так, но это не единственная причина.

Но, к делу! По моему мнению, в человеческом теле все так гармонирует друг с другом, часть с частью и каждая часть с целым, что несомненно человеческое тело представляет совершеннейшее произведение, идея которого могла возникнуть только в творческом духе Создателя, и только творческой силою могло быть выполнено! Этот же порядок, эта же мера и гармония существует и между приходом и расходом веществ, необходимых для поддержания и сохранения здоровья, если только человек, разумный и свободный, поступает по воле Божией и не вносит различными злоупотреблениями в эту гармонию диссонанс и беспорядок. Если дело обстоит так, то мне непонятно, каким образом в нашем теле было бы без меры и без порядка количество крови, и кровообразование — один из важнейших жизненных процессов! Мне представляется, что каждое дитя вместе с жизнью получает от матери известное количество материи для образования крови, назовите ее, как хотите, эссенции, что ли, без которой кровь не может образоваться. Нет больше этой эссенции — нет и кровообращения, прекращается, значит, и настоящая жизнь (потому что болеть, чахнуть — это уже не значит «жить»). При каждой же потери крови, будь это от падения, кровопускания, пиявок, банок — все равно, теряется частичка этой кровообразовательной, необходимой для жизни эссенции; на столько же человеку остается меньше жить. Каждое кровопускание означает уменьшение жизни, потому что жизнь наша зависит от крови.

Мне возразят: нет ничего быстрее, чем образование крови; терять кровь, производить новую — почти одно и тоже. Действительно, вырабатывание крови идет неимоверно быстро; но позвольте мне привести следующий аргумент, взятый из опыта (мои читатели из круга крестьян, наверное, подтвердят его): чтобы откормить за короткое время животное, ему делают значитель-

ное кровопускание и затем начинают откармливать; при этом животное быстро жиреет; в очень короткое время появляется масса прекрасной свежей крови. Через 3—4 недели опять делают значительное кровопускание, и опять начинают откармливать и давать питательное пойло. Ожирение идет прекрасно, и даже старое животное дает при убое не меньше крови, чем молодое. Но присмотримся внимательнее к этой крови; она безвкусна, водяниста, безжизненная! У такого животного нет силы, выносливости, жизненности, и если не употреблять на мясо, оно в скором времени заболеет водянкой.

Нижние компрессы и их употребление

Верхнему компрессу соответствует нижний, который накладывается первым в том случае, если оба последовательно употребляются один за другим. При этом нужно заметить следующее: так как нижний компресс также накладывается на пациента в постели, то для того, чтобы не смочить матраца или сенника, кладется на простыню другой кусок холста, а по этому последнему расстилается в ширину шерстяное одеяло.

Такой же кусок холста, сложенный втрое — вчетверо, пред этим смоченный и выжатый, складывается так, чтобы он покрывал всю спину, начиная от последнего шейного позвонка, и по позвоночному столбу доходит до конца спины. Пациент ложится спиною на этот мокрый холст и, чтобы преградить доступ воздуху, закрывается с обеих сторон разостланным шерстяным одеялом и накрывается хорошо периной. Нижний компресс также оставляется на теле 3/4 часа и если желательно, чтобы это применение было более продолжительно, то следует вторично смочить холст, так как нижний компресс, равно как и верхний, должен действовать только холодом. Наставление, как держать себя после нижнего компресса, то же, какое дано при верхнем компрессе.

Нижний компресс, применяемый для укрепления позвоночного столба, спинного мозга, а также при болях спины, стреляющих болях в пояснице, укрепляет и производит отличное действие. Я знаю много случаев, когда при стреляющих болях в пояснице два таких компресса, употребленные в один и тот же день, совсем уничтожали эти боли.

При застоях крови, при лихорадочном состоянии нижний компресс действует так же очень хорошо.

В каких отдельных случаях его следует применять, и как часто его повторять, будет сказано при каждой болезни особо.

Верхний и нижний компрессы, употребляемые одновременно

Оба вида этих компрессов употребляются один за другим, таким же образом их можно употреблять и вместе, т. е. одновременно.

Нижний компресс приготовляется, как указано выше, точно так же приготовляется и для верхнего компресса мокрый холст, который кладется готовым возле кровати. Затем раздевшись, надо лечь на нижний компресс и наложить на себя лежащий в стороне готовый верхний компресс. Покрыть себя после того шерстяным одеялом и периной не трудно. Если при этом кто-нибудь присутствует, то он может то и другое одеяло и перину заложить хорошо с боков, чтобы нигде не проникал к телу снаружи холодный воздух. При этом двойном компрессе разостланное в ширину шерстяное одеяло должно быть такой длины, чтобы оно, подобно бинту, могло обхватывать оба мокрые компресса.

Компресс должен оставаться на теле не менее 3/4 и не более 1 часа.

При большом жаре, а также, как сказано выше, при скоплении газов, приливах крови, ипохондрии и других страданиях это применение оказывает превосходные услуги.

Упреки в грошовых расчетах не должны нас смущать. Пользуйтесь спокойно этим несколько хлопотливым лечением, и оно сбережет вам не один рубль.

Разные компрессы, накладываемые на живот

Вот способ и употребление их, когда больной пациент лежит в постели.

Кусок холста, сложенный вчетверо — вшестеро, намачивается в воде, хорошо выжимается (чтобы с него более не капала вода), накладывается на живот (область желудка и ниже) и тщательно покрывается шерстяным одеялом и периной. Компресс этот может оставаться на теле от 3/4 до 2 часов. При двухчасовом употреблении следует, однако, после первого часа, возобновлять компресс, т. е. снова намачивать холст.

Этот компресс оказывает прекрасные услуги при желудочных болях, судорогах и в тех случаях, когда необходимо отвлечь кровь от груди и сердца.

Очень часто для смачивания холста вместе с водою употребляется некоторая часть уксуса, а также, как указано будет дальше, отвар из сенной трухи, хвоща полевого или овсяной соломы и т. д.

Для сбережения уксуса я приготовляю уксусные компрессы следующим образом: сначала беру вдвое сложенный кусок холста, намачиваю его в воде, смешанной пополам с уксусом,

и накладываю этот холст на голое тело, сверху него кладу втрое — четверо сложенный кусок холста, намоченный в одной только воде. Накрываться при этом следует, как сказано выше.

Ножные простые холодные ванны

Приготовление этих холодных ножных ванн заключается в том, чтобы от 1 до 3 минут стоять ногами в холодной воде по икры или несколько выше.

При особых болезнях холодные ножные ванны служат
целью преимущественно к тому, чтобы отвлекать кровь вниз от
головы и груди, чтобы облегчить страдание [illegible], а впослед-
ствии можно ожидать исцеления. Эти ножные ванны очень по-
лезны. Другие больные не выносят холодн[illegible] нужно тер-
петь, от того зависит исцеление.

Эти ножные ванны освежают, у[illegible] и укреп-
ляют, кроме того, доставляют хорош[illegible]

Из теплой воды ножная ванна

Эта ванна может применяться [illegible]
В теплую воду, 25—26 градусов, [illegible] горсть сол[illegible]
и две горсти печной древесной золы. [illegible] всё, сле-
дует погружать ноги в такую ванну [illegible] на 12—15
минут.

Ножные ванны превосходны во всех [illegible] случаях, когда, вследствие болезненности, слабости, малой [illegible] тела и т. д. суровые и холодные средства с трудом могут быть употреблены или там, где реакция слишком слаба, т. е. где холодная вода, вследствие низкой температуры тела, развивает слишком мало тепла.

Ножные ванны предназначаются собственно для слабых, малокровных, нервных, очень молодых и престарелых особ, для женщин и прекрасно действуют при препятствиях в кровообращении, при приливах, головных и горловых болях, судорогах и т. д.

Ванны эти очень полезны, они отвлекают кровь к ногам, действуют успокоительно в страданиях ног.

Очень крепительна ножная ванна из сенной трухи. Наливают на 3—5 горстей сенной трухи кипяток, закрывают и дают охладиться до температуры 25 градусов. Потом ставят ноги в ванну.

Эти ножные ванны действуют растворяющим, крепительным образом и очень полезны при ножном поте, открытых ранах, разного рода ушибах (кровоточащих или кровоподтечных), при опухолях, подагре, при хрящевых узлах, нагноениях между пальцами, нарывах под ногтями, повреждениях.

В общем могу сказать, что эти ванны отлично помогают, если ноги нездоровы и склонны к ревматизму и подагре. Один господин страдал сильной подагрой. Он кричал от боли. Такая ножная ванна с обертыванием ноги в холст, намоченный в отваре сенной трухи, вылечила его в три дня от ужасных страданий.

На основании опыта я могу сказать, что эти ванны не имеют средства, себе равного, когда дело идет о размягчениях всякого рода затвердений на ногах. Они помогают отлично при суставном ревматизме, подагре, мозолях, врастающих и гниющих ногтях, водяных пузырях от ходьбы. Даже открытые и гноящиеся раны на ногах, повреждения от разъедающего ножного пота излечиваются этими ваннами.

В заключение, как здесь, так и там употребляется холодная ванна. Исключение составляет вышеописанная теплая ножная ванна 25—26 градусов с солью и золою. Эта ванна важна для усиленного отвлечения крови сверху вниз и для распределения ее; а потому, если после нее принять опять холодную ванну, то кровь, с силой прилившая к ногам, опять поднялась бы вверх. Таким образом желаемое действие было бы ослаблено заключительной ванной.

Особенный род ножной ванны, которую можно назвать скорей сухой, чем жидкой. Имея возможность употреблять ее, не нужно ею пренебрегать; я очень часто пользовал ими с большим успехом.

Нужно положить в кадушку теплый еще солод; ноги отлично чувствуют себя, погрузившись в него. Продолжается ванна 15—30 минут. Еще лучше действуют виноградные выжимки. Эти ванны известны в местностях, где разводится виноград, и очень распространены как прекрасно действующие.

Способы лечения в сидячих холодных и теплых ваннах

Сидячая ванна или, за неимением ее, просто не особенно глубокая посудина из дерева, жести или цинка, наливается водою приблизительно до 1/4 или 1/5. Садятся в эту ванну, как на стул, так, чтобы нижняя половина живота, приблизительно до почек, была в воде, а также и верхняя половина бедер. При некотором навыке можно и не совсем раздеваться. Продолжительность ванны — 1/2—3 минуты.

Эти холодные сидячие ванны вместе с полуваннами представляют самое значительное и действительное средство специально для органов живота. Они помогают выделению газов, усиливают пищеварение и стул, регулируют кровообращение, помогая, следовательно, при хлорозе (бледной немочи), кровотечениях и других женских болезнях. Бояться употребления этой холодной, но продолжающейся всего 1—2 минуты, ванны, совсем

не нужно; если ее употреблять правильно и осторожно, она никогда не повредит.

Чтобы избежать простуды, чтобы стать закаленным, невосприимчивым к переменам температуры, которая часто играет такую важную роль, лучше всего брать эти ванны почаще прямо с постели, ночью. Проснувшись ночью (ведь раздеваться уже не нужно), нужно сесть в ванну, и потом тотчас опять в постель. Не нужно только брать эти ванны чаще 2—3 раз в неделю, чтобы от сильного прилива крови к поясничным частям не усилился геморрой.

Кто с трудом засыпает по вечерам, просыпается ночью или страдает бессонницей, тот пусть аккуратно пользуется этой сидячей ванной. Сидение в воде в течение 1—2 минут снимает возбуждение и доставляет покой.

Теплая сидячая ванна

Я никогда не делаю ее из одной теплой воды, а всегда из отвара: а) полевого хвоща, в) овсяной соломы, с) сенной трухи.

Приготовление всех трех сортов ванны совершается одинаково. Наливают на эти травы кипяток и дают смеси постоять некоторое время на огне. Потом посуду снимают с огня, охлаждают отвар до 24—26 градусов (редко до 30 градусов) и выливают отвар с травой в приготовленную ванну. Продолжительность ванны около 1/4 часа. Чтобы не выливать понапрасну этого отвара, я советую употребить его еще на две следующие ванны, конечно уже холодных: одну через 3—4 часа после первой, и другую — через час после второй; каждая продолжительностью в 1—2 минуты.

Такие сидячие ванны с отваром я назначаю не более 2—3 раз в неделю, чаще только вперемешку с холодными или там, где дело идет о глубоко укоренившейся болезни, например, при сильном геморрое, фистуле толстой кишки, болях в слепой кишке и т. п.

Страдание грыжею не должно препятствовать пользованию этими ваннами.

Специально ванна из отвара полевого хвоща служит при конвульсивных и ревматических страданиях почек и мочевого пузыря, при каменной болезни и затрудненном мочеиспускании.

Ванна из овсяной соломы — отличное средство против ломоты всякого рода.

Ванна с отваром сенной трухи имеет больше общее действие и может быть употреблена во всех перечисленных случаях при недостатке хвоща и овсяной соломы, хотя действует и не так сильно.

Она всегда оказывала мне большие услуги при застоях крови и ослаблении в желудке, при наружных опухолях и нарывах, при запорах, геморрое и коликах от скопления газов.

Пользование и лечение холодными ваннами

Их можно принимать, двояким образом: становятся или ложатся всем телом в ванну с холодной водой, или же входят в воду до подмышек, чтобы избежать чувствительного давления воды на легкие (на грудь), хотя в этом нет ничего опасного, и обмывают верхнюю часть тела просто рукой или же грубым, толстым полотенцем.

Самое меньшее время, которое можно оставаться в такой холодной ванне, полминуты; оно во всяком случае не должно превышать трех минут.

Об этом мне придется упомянуть еще не раз в дальнейшем изложении. Здесь я только замечу, что еще 20 лет тому назад я сам был другого мнения и советовал брать ванны подольше, полагая, что водолечебницы не намного станут все-таки уклоняться от настоящей методы.

Но долголетний опыт, ежедневная практика на самом себе и других давно уже научили меня, как мне кажется, лучшему. Благодаря этому я пришел к тому твердому убеждению, что при пользовании холодными ваннами следующее положение самое верное.

Чем короче ванна, тем лучше ее действие.

Остающийся в холодной ванне не больше одной минуты поступает гораздо благоразумнее того, кто сидит в ней 5 минут.

Каждому, все равно болен ли он или здоров, я советую оставаться в ванне не больше 2-х минут. Это положение, основанное и подтвержденное многочисленными фактами, объясняет вполне то, что я придерживаюсь особого взгляда на суровый метод применения воды в лечебницах и на неразумное иногда купанье летом.

Что касается последнего, то есть люди, которые остаются в воде по получасу и даже больше каждый день, даже два раза в день. О хороших пловцах, делающих сильные движения, а после купания принимающих хорошую питательную пищу, мне нечего много распространяться. Что купанье отняло, быстро восстановлено будет крепкой натурой. Те же, которые остаются в воде по получасу без всякого сильного движения, не только не извлекают из этого никакой пользы, но, напротив, вредят себе даже очень сильно, если это повторяется часто. Такого рода купанье утомляет, ослабляет. Вместо того, чтобы быть полезным организму, они ослабляют его; вместо того, чтобы укреплять и питать, они истощают его.

Холодные полные ванны для здоровых

Часто мне приходилось получать от знакомых и незнакомых советы обратить внимание на то, что применение холодной воды равносильно лишению тепла, которое так вредно для малокров-

ных и в высокой степени повышает нервозность. Но я готов поручиться, что в описанном мною способе нет ничего резкого. Холодные полные ванны я рекомендую прежде всего всем здоровым людям во всякое время года летом и зимою и утверждаю, что именно эти ванны существенно способствуют сохранению и укреплению здоровья; они очищают кожу, повышают ее деятельность и вообще освежают, оживляют и укрепляют весь организм. Зимою число таких ванн должно быть не больше двух в неделю, а смотря по обстоятельствам, даже не больше одной в неделю, в две недели.

Здесь следует еще сказать о двух пунктах.

Чтобы быть здоровым, нужно закалить себя против различных влияний от перемены температуры (погоды, времен года). Несчастен тот человек, у которого малейший ветерок поражает легкие, горло, голову, кто в течение всего года должен следить за состоянием погоды. Дереву, растущему на свободе, все равно — буря ли или тихая погода, жарко или холодно. Оно сопротивляется всякому ветру, всякой погоде, потому что оно закалено. Пусть здоровый попробует наших ванн, и он будет [illegible] силен, как дерево.

Многие избегают применять холодную [illegible] из страха к холоду, боясь потери тепла, но эти опасения [illegible]. Холод ослабляет и должен ослаблять, говорят они, [illegible] после его действия не следует ощущения тепла. Совершенно верно, и я согласен с этим. Но я утверждаю, что благодаря [illegible] движениям, находящимся в строгой связи, [illegible] правилам, с применением холодной воды, наши холодные [illegible] не только не отнимают у организма его тепла, но скорее сохраняют его и повышают. Так, например, если ослабленный, изнеженный постоянным пребыванием в комнате человек, едва решающийся выйти зимой на улицу и то только в случае крайней надобности, если такой человек благодаря ваннам и обмываниям [illegible] закалит себя, что может в любую погоду выходить без всякого стеснения, почти не чувствуя сильнейшего холода, то неужели же у него не возросло природное тепло? Неужели это все только кажется и обман?

Приведу один пример здесь.

Один известный мне знакомый господин ужасно боялся воды. Всякий раз выходя из дому, он заботился главным образом о том, как бы не забыть какого-нибудь из своих многочисленных шарфов, полагая, что следствием такой непростительной забывчивости, могут быть всевозможные и невозможные простуды и т. п. Горло этого господина было особенно чувствительно, так что он с трудом мог предохранять его от простуды, всячески окутывая его. В это время вмешался в его привычки «варвар». Он с некоторым даже злорадством приписал ему наши холодные ванны. Этот господин повиновался. Каковы же были последствия? Замечательно хорошие. Уже через несколько дней он сбросил с себя

первую кожу; за первой шерстяной и фланелевой рубашкой последовала вторая, туда же скоро последовали шерстяные шейные шарфы. Всякий день, в который он не брал ванны, он считал плохим днем, настолько стал он нечувствителен к климату и погоде. Он брал ванны не только в теплой комнате, но купался и в октябре ежедневно во время прогулок в реке, предпочитая ее холодную воду воде домашней ванны.

Мы должны теперь главным образом ответить на следующие вопросы:

В каком состоянии должно находиться здоровое тело для того, чтобы были хорошие последствия от таких холодных ванн?

Сколько времени должен здоровый оставаться в ванне?

В какое время года лучше всего начать это укрепляющее лечение?

Хорошим состоянием для принятия холодных ванн можно считать такое, при котором все тело вполне теплое.

Итак, значит, кто достаточно согрелся благодаря пребыванию в теплой комнате, работе или хольбе, тот находится в хорошем для этого состоянии.

Кому холодно, у кого холодные ноги, кого морозит, тот в таком состоянии никоим образом не должен принимать холодной ванны, не согревшись предварительно ходьбой и т. п.

Напротив, того, кто в поту, разгорячен (я говорю о здоровых людях), как бы купается в поту, тот может смело принять нашу полную ванну.

Даже спокойные, рассудительные и благоразумные люди очень боятся идти в холодную воду разгоряченными, вспотевшими. А ведь это совершенно не опасно! Да, я смело привожу здесь свое мнение, испытанное и хорошо обдуманное в течение многих лет: чем сильнее пот, тем лучше, тем действеннее купанье.

У массы людей, думавших прежде, что от такого «лошадиного» лечения их поразит удар, всякий страх, всякое предубеждение исчезло после первой же пробы.

Разве кто-нибудь задумается или побоится умыть руки, лицо и даже грудь и ноги, возвратившись домой вспотевшим настолько, что пот ручьями катится по его лицу, а пальцы слипаются? Всякий делает это, потому что оно освежает его и приятно. Разве же действие такого обмывания на все тело не должно быть таким же? Может ли что-нибудь быть полезно отдельной части тела, быть для нее благодеянием и быть в то же время вредным, пагубным для всего тела?

Опасение вредного действия холодных ванн, я думаю, основано на том наблюдении, что многие лица, которые, вспотев сильно, выходили на холод или же на свежий воздух, особенно подвергшись действию сквозного ветра, на всю жизнь расстраивали свое здоровье. Это совершенно верно.

Я прибавлю еще больше, именно, что многие, вспотевши,

получали зародыши тяжелых болезней, входя в холодную воду. Чем же это было вызвано: потом или холодным купаньем? Ни тем, ни другим! И здесь, как и вообще во всем в жизни, должно быть на первом плане не то, что сделано, а как сделано; в данном случае нужно обратить внимание, как потные люди пользуются холодной водой. Безумный может перочинным ножиком совершить ужасное преступление. Неразумное применение может превратить высочайшее благо в величайшее зло. Странно только, что в таких случаях обвиняют только добро, а не злоупотребления, которые должны были бы быть осуждены. Итак, вопрос в том, как употреблять воду? Кто в данном случае поступает по своему усмотрению, тот пусть и сам отвечает за все последствия этого. Чтобы ответить на вопрос, как долго должен здоровый человек оставаться в ванне, я привожу следующий пример.

Один господин, которому я велел брать две таких ванны в неделю, явился ко мне через 2 недели, жалуясь, что здоровье его еще более ухудшилось, что он холоден, как лед. Выглядел он действительно очень плохо, и я никак не мог понять, почему вдруг я ошибся в действии воды. На мой вопрос, делал ли он все как следует по указанию, он ответил: точнейшим образом; я сделал еще больше, чем вы велели: вместо одной минуты я оставался в воде 5 минут, после чего я с трудом мог кое как согреться. В следующие недели он делал уже все правильно, и скоро к нему возвратилась прежняя свежесть и природная теплота.

Этот случай прекрасно может пояснить все те случаи, когда вода, по-видимому, причинила вред. Виною этому не вода, не применение ее, а неосторожные, неаккуратные люди. Но по привычке людей вина падает на невинную воду.

Кто берет полную холодную ванну, должен быстро раздеться и лечь на 1 минуту в приготовленную уже ванну. Если кто вспотел, то пусть он сядет в ванну, т. е. погрузится в воду до груди и сильно быстро обмывает верхнюю часть тела. Затем он должен погрузиться на один момент до шеи, немедленно выйти из воды и одеться не вытираясь, по возможности быстрее. Ремесленник или земледелец может приняться сейчас же за свою работу; другие же должны (по крайней мере четверть часа) делать движение до тех пор, пока тело не высохнет совсем и согреется до нормальной температуры. Безразлично, производится ли это в комнате или на воздухе; я лично даже осенью, зимою предпочитаю свежий воздух. Все, что ты делаешь, любезный мой читатель, делай разумно и не переступай меры! Число холодных ванн в неделю не должно быть больше трех.

Когда лучше всего начать принимать эти ванны? Важную работу укрепления тела или, что равносильно, предохранения от болезни нельзя начать очень рано. Начни сегодня же, но начни с более легких способов, а не с более тяжелых, не то это может отнять у тебя охоту! Если ты крепок, то можешь начать наши холодные полные ванны после некоторой подготовки, если же т

слаб, то сообразно с обстоятельствами — после более долгих предварительных упражнений. Это весьма важная статья. Не нужно стараться достигнуть чего-нибудь сразу, непосредственно, самыми суровыми средствами! Это, по меньшей мере, было бы неразумно.

Один врач посоветовал больному нервной горячкой просидеть в холодной воде 1/4 часа. Больной сделал это, но после того ему стало так холодно, что потом он вполне естественно и слушать не хотел о целебной ванне. Специалист решил после этого, что из этого опыта ясно, что больному нельзя уже применять воду и что состояние больного безнадежно. С этим смертным приговором пришли ко мне. Я посоветовал больному попробовать еще раз воду, но быть в ней не 1/4 часа, а 10 секунд (войти и выйти), обещая, что результат будет другой. Сказано, сделано. Через несколько дней больной оправился.

В таких случаях мне всегда приходило в голову, что применяют воду таким резким, суровым способом намеренно, чтобы возбудить в народе вместо доверия страх к этому мокрому чудищу. Я знаю, я чудак; поэтому, я надеюсь, мне простят эти причуды.

Те, которые хотят серьезно взяться за это, пусть, воспользовавшись тем или другим указанным выше способом закалить себя, начнут с обмываний всего тела (см. обмывания) и, если эти обмывания не возбуждают их и не лишают сна, то пусть делают их вечером перед сном, в противном же случае утром, при вставании. Вечером время на это не тратится вовсе, а утром это можно сделать в минуту. Кто не может сейчас же после этого заняться какой-нибудь физической работой или же делать движения, должен снова (пока он не высохнет и не согреется) лечь в постель на четверть часа.

Это упражнение, совершаемое 2—4 раза в неделю, чего вполне достаточно, или даже практикуемое ежедневно, представляет самую лучшую подготовку к нашей холодной полной ванне. Стоит попробовать это только один раз! За первым неприятным ощущением по всему телу как бы разольется неприятное чувство, и то, что прежде пугало, чего прежде опасались, сделается скоро почти потребностью.

Вот еще имеются другие примеры: один знакомый мне господин в течение нескольких лет брал ежедневно перед сном полную ванну. Я ему не велел этого делать, но он сам не пожелал оставить это упражнение. И за эти 18 лет он ни разу не был болен. Многим, принимавшим в ночь две, три ванны, мне пришлось запретить это. Если бы это применение воды было бы для них суровым или несносным, как об этом кричат, они наверно прекратили бы его. Кто серьезно хочет закалить свое тело, сохранить свое здоровье, укрепить себя вообще, пусть обратит внимание на холодную полную ванну, но только пусть не остается при одном добром намерении.

Сильные народы, племена, были всегда верными друзьями холодной воды, именно нашей полной ванны. Чем больше наш век приобретает название и характер изнеженного, тем скорее нужно возвратиться к здравым, естественным взглядам и основным принципам древних.

Есть еще, среди дворян особенно, много таких, которые смотрят на наше применение воды, как на семейную традицию и как на важное средство для сбережения здоровья и воспитания и желают, чтобы это переходило из рода в род.

Холодная полная ванна для больных

Таковые ванны весьма полезны при описании отдельных болезней; об них будет точно указано, когда и как часто нужно применять этого рода ванну. Здесь же будет сделано несколько замечаний общего характера.

Здоровый организм сам в силах [illegible] образующиеся в нем болезненные вещества.

Больному же, ослабленному болезнью телу приходится помочь, чтобы оно снова само могло взяться за эту работу. Такую именно помощь и оказывает полная холодная ванна, которая в таком случае служит опорой, укрепляющим средством.

Эта ванна главным образом применяется при так называемых «горячечных заболеваниях», т. е. при всех тех болезнях, которые имеют своим предвестником и спутником сильную лихорадку. Особенно опасны эти лихорадки при температуре в 39—40 градусов и выше; они лишают сил и сжигают человеческое тело. Иной, пощаженный болезнью, становится жертвой слабости, истощения. Смотреть и выжидать, чем может кончиться такой ужасный жар, мне кажется, опасно. Какую же пользу может принести в таком случае «каждый час по столовой ложке», что пользы в дорогом хинине, дешевом антипирине или в микстуре ядовитого дигиталиса, последствия которых для желудка нам всем известны! Лекарства в таких случаях мало могут помочь, едва ли могут ослабить лихорадку. Какое значение могут иметь те искусственные опьяняющие средства, даваемые больному внутрь или впрыскиваемые, от которых он на самом деле пьянеет, так что уж ничего больше не знает, ничего не чувствует и не ощущает! Не говоря уже о нравственной и религиозной точке зрения, жаль просто смотреть на такого полуживого, скорее опьяневшего больного, как он лежит с искаженными чертами лица, закатив глаза. Может ли это помочь? Такой жар можно унять, только туша его. Огонь и пожар можно потушить водой, а жар, охвативший все тело, где все в пламени — лучше всего полной ванной. При всякой новой вспышке, т. е., когда жар усиливается, такая ванна, повторяемая в начале лихорадки даже через каждые полчаса, применяемая к тому же во время, скоро возьмет верх над жаром.

Уже прежде мне приходилось слышать, что в больших общих больницах для бедных больных, которым нечем платить за дорогой хинин, часто применялись ванны; в последнее время в некоторых газетах появилось радостное для меня известие, что во многих, главным образом военных, госпиталях Австрии снова применяют воду для лечения некоторых болезней, например, тифа. Вопрос: почему же только тиф? Почему не все те болезни, которые являются последствием лихорадки? Кто говорит А, должен сказать и Б; многие напряженно ждут этого Б, в том числе и специалисты. Я сделаю здесь еще одно замечание, которому, пожалуй, скорее место в отделе об обмываниях. Не все больные могут пользоваться полными ваннами; некоторые, могут быть уже настолько ослаблены, что не только не могут сами подыматься и поворачиваться, но даже не могут быть подняты с постели.

Но следует ли лишать таких больных употребления холодной воды? Ни в каком случае. Наши способы применения воды так разнообразны, и каждый отдельный способ имеет столько степеней и разновидностей, что и больной, и здоровый могут всегда найти для себя и своего состояния подходящий способ. Нужно только стараться выбрать правильный способ применения воды.

Для тяжело больных, которые настолько слабы, что не могут употреблять холодные ванны, они вполне заменимы обмываниями всего тела, что можно легко делать с каждым, даже самым слабым больным в постели. Как это делается, указано в статье об обмываниях. Обмывания эти делать нужно, как и холодные ванны, всякий раз, когда жар усиливается или дыхание сильно затрудняется. Применяя воду к таким тяжелым больным, прикованным к постели, следует особенно быть осторожным и избегать ошибки, потому что иначе болезнь только усилится. Я мог бы назвать одного человека, пролежавшего 11 лет в постели и все это время лечившегося у врача. Пробовали применять и водолечение; все усилия были тщетны.

После излечения этого человека, последовавшего в шесть недель, сам врач заявил, что это какое-то чудо для него. Он сам был у меня и хотел узнать, как это произошло. Дело было для него тем непонятнее, как он сам говорил, что, по его мнению, больной был очень слаб и все его применения воды остались без всяких последствий. Я объяснил этому врачу простое мое лечение и еще более простое применение воды. Для нас обоих стало ясно, что тлеющей лучины не тушат пожарной трубой. Он применял воду сурово, резко, я же слабо, осторожно, сообразно с силами больного.

Мне часто с болью в сердце приходилось слышать и читать, что во многих больницах и частных домах люди не оставляют постели по 15 и 20 лет. Это достойные сожаления создания. Впрочем, я этого не понимаю и не понимал за исключением нескольких случаев. И в Св. Писании упоминается о больных, бывших

в постели по 38 лет. Но я твердо убежден, что многих из этих больных можно было бы поставить на ноги, применяя точное и продолжительное водолечение.

Лечение теплыми полными ваннами

Эти ванны очень полезны. Они служат как здоровым, так и больным. Способ пользования ею двоякий:

Входят в ванну, настолько наполненную теплой водой, чтобы вода покрыла все тело, т. е. все части были в воде. В ванне остаются 25—30 минут. Затем быстро переходят в другую ванну, стоящую тут же с холодной водой, и погружаются до головы в воду; если же нет такой ванны, то обмывают все тело холодной водой по возможности быстрее. Холодная ванна или обмывание должно быть кончено в 1 минуту. Затем, не вытираясь, одевают быстро платье и совершают движение в комнате или на воздухе до тех пор, пока тело совершенно не высохнет и согреется (по крайней мере полчаса). Поселяне могут сейчас же браться за свою работу. В первой ванне температура воды должна быть от 26 градусов до 28 градусов, а для более старых от 28 до 30 градусов. Я советую измерять ее всегда аккуратно и внимательно с термометром в руках, который очень легко всегда достать. Недостаточно трубочку со ртутью погрузить и сейчас вынуть ее; она должна оставаться в воде некоторое время.

Только спокойное стояние ртути показывает, что измерение сделано хорошо и достаточно долго. Кто приготовляет ванну, должен относиться серьезно к ее приготовлению и связанной с этим ответственности. Беспечность и невнимание менее всего уместны при этих услугах ближнему.

Второй способ следующий.

Ванна наполняется, как и в первом случае, но температура воды в ней выше — от 30 градусов до 35 градусов. Температура в этого рода ваннах не должна быть ниже 28 градусов, я сам советую и приготовляю ванны в 31—33 градусов.

В теплую ванну входят не один раз, а три раза, также и в холодную не раз, а три раза. Это так называемая полная ванна с тройной переменой. Вся ванна продолжается ровно 33 минуты. Различные перемены распределяются в это время следующим образом (нужно положить на стул часы возле и считать внимательно);

10 минут в теплой ванне,
1 минута в холодной;
10 минут в теплой ванне,
1 — в холодной;
10 — в теплой
1 — в холодной

Всегда следует оканчивать холодной ванной. Здоровые, крепкие люди садятся в ванну с холодной водой и медленно погружаются по шею. Чувствительные лица садятся в ванну и обмывают быстро грудь и спину, не погружаясь. Обмывание всего тела может вполне заменить холодную ванну тому, кто боится холодной воды. Не следует никогда мочить головы. Если она случайно замочилась, ее следует насухо вытереть; точно также следует вытереть насухо и руки при выходе в последний раз из холодной ванны, чтобы не замочить при одевании платья.

Относительно дальнейшего, особенно относительно движений после купания, остается все то же самое, что и в первом способе.

Здесь должен я сделать некоторые замечания. Я никогда не назначаю теплых ванн одних, т. е. без следующих за ними холодных ванн или холодных обмываний. Более высокая температура, особенно, если она действует более долго, не укрепляет, а ослабляет весь организм; она не закаляет кожу, а делает ее гораздо чувствительнее к холоду; она, наконец, не предохраняет, а подвергает опасности. Теплая вода открывает поры; туда проникает холодный воздух, последствия чего являются уже очень скоро. Следующие за теплыми холодные ванны и холодные обмывания устраняют это (я не знаю ни одного способа применения теплой воды, за которым не следовало бы применение холодной воды); холодная вода укрепляет, понижает повышенную температуру; она освежает, устраняя излишний жар, она, наконец, предохраняет, закрывая поры и укрепляя кожу.

Здесь мы снова сталкиваемся с тем же предубеждением против быстрого перехода от тепла к холоду. Благодаря тому, что за теплыми ваннами следуют сейчас же холодные, эти теплые ванны могут быть более высокой температуры, чем обыкновенно, и выше той, которую я назначаю при других обстоятельствах. В теле накопляется столько тепла, что оно легко может выдержать действие проникающего в него холода. Кто боится холодной воды, пусть делает холодные обмывания, благодаря чему он станет смелее. Все это приходит после первой же пробы. Кто испытает один раз, тот уже всегда для полноты удовольствия будет брать холодную ванну после теплой.

Многим, которые дрожали сначала от страха, а потом привыкли к этой замечательно действующей перемене и полюбили ее, я должен был указать строгие пределы, чтобы избыток хорошего не причинил им вреда.

Не следует бояться дрожи и как бы ползания по коже мурашек, что ощущается при переходе из теплой ванны в холодную; после это переходит в приятное чувство.

Особые подготовки для восстановления в теле нормальной температуры в данном случае не нужны. И здесь, как вообще при всякого рода теплых купаниях, я никогда или очень редко упо-

требляю для здоровых одну только теплую воду, а примешиваю всегда отвар из разных целебных трав.

Еще теплая полная ванна

Эта ванна для укрепления здоровья; если я назначаю здоровым, т. е. относительно здоровым людям (здоровым, но слабым) полные теплые воды, то это бывает только тогда, когда такие ослабленные люди не могут отважиться принять холодную ванну, и с той целью, чтобы при помощи теплой полной ванны и следующего за ней холодного обмывания постепенно приучить их организм к холодной ванне.

В этом отношении мой опыт и практика дали мне следующие правила:

Совершенно здоровым, крепким людям, которых румяное лицо пышет жаром и жизнью, я редко, почти даже никогда, не назначаю теплых ванн. Они и не требуют этого: им, как и рыбам, нужна холодная вода, они сами стремятся к ней.

Эти ванны хороши для более молодых, слабых, малокровных, нервозных субъектов и особенно для тех, которые расположены к судорогам, ревматизмам и тому подобным страданиям.

Можно указать здесь на матерей семейств, которые так рано растрачивают свое здоровье всевозможными трудами. Таким лицам достаточно одной ванны в месяц в 28 градусах, продолжающейся от 25 до 30 минут, со следующим за ней холодным обмыванием.

При предрасположении к подагре, суставному ревматизму, лучше принимать две такие ванны в месяц. Летом более молодые субъекты должны пробовать купаться в холодной воде. Пожилым, слабым людям я рекомендую для чистоты кожи, для освежения и укрепления по крайней мере ежемесячно теплую полную ванну от 28 градусов до 30 градусов, продолжительностью в 25 минут с последующим сильным обмыванием. Всякий раз после этого они как бы будут оживать вследствие усиленной транспирации и более сильной циркуляции крови.

Еще другой способ теплых ванн

При каких именно болезнях следует употреблять теплую полную ванну, указывается при описании отдельных случаев болезней. Употреблять оба рода этой ванны, при надлежащей осторожности и точности, нет ровно никакой опасности.

Ванны преследуют двоякую цель:

С одной стороны, они должны возвышать и увеличивать теплоту тела, с другой — содействовать растворению и выделению тех соков, которых больное тело не в состоянии выделить собственными силами.

Теплые полные ванны бывают следующие:
ванны из отвара сенной трухи,
ванны из отвара овсяной соломы,
ванны из отвара сосновых веток (игл),
смешанные ванны.

Все то, что относится к приготовлению и действию двух первых ванн, было уже изложено по существу в статье о теплой сидячей ванне. Для большей точности я повторяю только некоторые пункты.

Ванны из отвара сенной трухи

Эти ванны в высшей степени полезны. Берут маленький мешочек, наполненный сенной трухой, он опускается в котел с горячей водой и остается в нем по крайней мере 1/4 часа. Весь отвар переливается в приготовленную ванну с теплой водой, и этот разведенный отвар доливают еще теплой или холодной водой, пока он не будет иметь назначенной температуры. Эта ванна, самая доступная и чаще всего употребляемая, собственно, самая безвредная, обыкновенная ванна для согревания тела. Здоровые также могут пользоваться ею во всякое время. На моей родине многие употребляют этого рода ванны. Кофейного цвета вода этих ванн значительно открывает поры и влияет на кровообращение.

Ванна из отвара овсяной соломы

Эти ванны тоже очень полезны, как и предыдущие.

Прокипятив в котле порядочный пучек овсяной соломы в продолжение 1/2 часа, поступают с полученным отваром, как сказано выше. Эта ванна действует сильнее, чем ванна из отвара сенной трухи, и оказывает прекрасное действие при страданиях почек и мочевого пузыря, при почечных камнях, мочевом песке и ломоте.

Ванна из отвара сосновых веток (игл) приготовляется следующим образом: берут сосновые иглы (чем свежее они, тем лучше), мелко изрубленные ветки, преимущественно самые смолистые, а также изрезанные еловые шишки и, смешав всю эту массу, варят ее полчаса в воде. С отваром поступают как сказано выше. И эта ванна оказывает благоприятное действие при страданиях почек и мочевого пузыря, однако, более слабое, чем ванна из овсяной соломы. Она действует главным образом на кожу, деятельность которой она возбуждает, и на внутренние сосуды, которые она укрепляет. Эта благоухающая и укрепляющая ванна и есть именно та ванна для старых людей, о которой я упомянул раньше.

Смешанными ваннами я называю такие, для приготовления которых в случае недостатка необходимого количества какого-

нибудь из названных целебных средств смешивается отвар из нескольких растений. Чаще всего я составляю смесь из отваров сенной трухи и овсяной соломы, причем то и другое варится вместе. В этом случае ванна из овсяной соломы получает даже лучший запах.

Ванны в самом деле, быть может, хороши,— могут мне заметить,— мы знаем это, «но это — вещь дорогая и слишком хлопотливая». Такое возражение с полным основанием мог бы сделать мне тот из моих читателей, которого я посылал бы на воды в Рейхенгаль в Карлсбад или какое-нибудь другое место, или которому я посоветовал бы покупать маленькие, черные, тщательно закупоренные дорогие бутылочки с экстрактом из сосновых игл и выливать в каждую ванну половину или третью часть их содержимого.

Но никто не имеет ни малейшего повода жаловаться на это, оправдываться и возражать. Даже самый бедный человек легко может пользоваться всеми этими ваннами и приготовлять себе самый чистый и самый натуральный экстракт.

Я долгое время старался придумать такие целебные ванны, которые были бы доступны и бедным, несостоятельным людям, чтобы и они не совсем были лишены благодеяний, оказываемых ваннами, имеющими во многих отношениях большое влияние на здоровье.

Путешествовать с этой целью нет никакой надобности: стоит только отправиться на сеновал или в овин, где сложена солома, или же в ближайший лес. Приготовлять эти ванны легко, стоит только захотеть. Сенной трухи и пучек овсяной соломы всякий крестьянин охотно даст каждому бедняку; ни одна ель не откажет ему в своих шишках и зеленых ветках. Деревянная посудина (ванна или ушат) у каждого ведь тоже найдется между домашнею утварью; в крайнем же случае легко можно попросить у соседа.

Сказанного вполне достаточно для решения вопроса о расходах.

Что касается труда и возни, то я только спрашиваю: разве для тебя, для твоих домашних менее хлопот, когда ты, будучи болен, по целым неделям будешь лежать в постели или когда твое тело, лишенное попечения, крайне ослабленное и никогда не освежаемое, никогда вновь не оживляемое, будет медленно чахнуть?

О труде и возне здесь не может быть и речи. Я считаю это наклонностью к праздности и ленью, если кому-нибудь кажется слишком трудным исполнять мои самые незначительные требования. Если кто разделяет подобное мнение, тот и на самом деле совсем не заслуживает такой ванны.

Ванны для отдельных частей тела

Эти следующие ванны носят одно общее название ванн для отдельных частей тела, во-первых потому, что они касаются отдельных частей тела, главным же образом, для того, чтобы я мог объяснить, что эти ванны и лечебное свойство их одно и тоже, как и предыдущие.

Ручная ванна всей руки

Эта ванна ручная для всей руки — самое название уже достаточно поясняет, а в своем месте будет указано, когда и в каких случаях они применены, холодными или теплыми, как долго: 2—3 минуты или 1/4 часа, как часто повторять их, с каким именно отваром и т. д.

Относительно самого применения довольно следующего замечания: положим, у кого-нибудь болит палец. Я действую не только на палец, но и на кисть, на всю руку, на все тело. Больной палец — только больной плод больной ветки, больного сучка, больного ствола. Если ствол здоров и вырабатывает хорошие и здоровые соки, то плод должен быть здоров.

Улучшение состояния ветвей и сучьев, т. е. кисти и руки, достигается еще, кроме обертываний, ваннами для кисти и всей руки.

Головная ванна

Одна из важнейших ванн для отдельных частей тела — головная ванна. Ее, холодную или теплую, берут следующим образом: сосуд с водой ставят на стул и погружают в холодную воду верхнюю часть головы на 1 минуту, а в теплую на 5—7 минут. Если вода не доходит до задней части головы, то следует обливать это место рукой, т. е. волосы, оставшиеся сухими, можно тоже смочить. После ванны следует старательно вытереть насухо голову. Всегда следует, по моему мнению, делать это, так как при известной небрежности могут появиться тяжелые головные боли, головной ревматизм и т. п. После обтирания следует оставаться в комнате или же, выходя на воздух, надевать на голову шапку таким образом, чтобы покрыть ею всю мокрую часть головы, до тех пор, пока голова и волосы совсем не высохнут.

Многие, особенно молодые поселяне, делают эти головные ванны гораздо проще. Они погружают голову несколько раз подряд в бочку у колодца или же подставляют голову под водяной насос.

Это доставляет им большое удовольствие. Прекрасно! Им не следует только злоупотреблять этим (не делать это долго и часто) и помнить всегда правила о вытирании. Особенно полезна

холодная головная ванна для того, у кого волосы коротко острижены. Если же волосы длинны, то вода с большим трудом проникает к коже головы,— что в сущности и составляет цель этих ванн — и они гораздо медленнее высыхают. В этом случае я рекомендую теплую ванну, так как она более продолжительна.

Головные ванны я назначаю иногда при страданиях головы, тогда они всегда холодны и непродолжительны — главным же образом таким людям, у которых на волосистой части головы находятся всевозможные нарывы и разного рода сухая чешуйчатая сыпь, перхоть и многое другое, чему вовсе не место в волосах. В таких случаях следует брать продолжительные теплые головные ванны с последующими холодными обливаниями и обмываниями.

Я обращаю внимание читателей на эти головные ванны. Если в маленькой деревенской избушке целую зиму не открывают окна, то образуется в ней такой густой воздух, который можно буквально резать и который отталкивает всякого входящего чужого человека своею тяжестью.

Если комнату никогда не чистят, не моют, какой становится в ней тогда пол! А разве с волосистой частью головы происходит не то же самое, если длинные волосы или двойные или тройные головные повязки по полугоду не дают проникнуть воздуху или солнечному лучу к коже головы, которая и так достаточно закрыта! И здесь может образоваться болото из струпьев и т. п., и не одна мать знает, что делает такая язва.

К сожалению, это правда, что на чистоту головы обращают мало внимания. Изо дня в день моют себе по утрам лицо, думают, что этим уже все сделано. Но это еще далеко не все. Я советую заботиться и о чистоте головы ради здоровья как молодым, так и пожилым; особенно же обращаю на это внимание матерей.

Глазная ванна

Она обычно принимается холодной или теплой. В обоих случаях ее приготовляют для глаз следующим образом: погружают лицо в холодную воду и открывают глаза в ней на 1/4 минуты. Затем подымают голову и через 1/4 или 1/2 минуты снова погружают в воду лоб и глаза. Это можно повторять 4—5 раз в течение 5 минут и 10.

За теплой глазной ванной (24—26 градусов) следует всегда холодная, так что или в конце берут холодную ванну, или же просто вытирают глаза холодной водой. Теплая ванна готовится не только из теплой воды, к ней примешивается еще отвар разных растений. 1/2 ложки растертого укропа или отвара из глазной травы оказывали мне всегда хорошую услугу.

а) Холодная глазная ванна отлично действует на здоровые

но слабые глаза. Она укрепляет и освежает весь зрительный аппарат как внутри, так и снаружи.

б) Теплая глазная ванна применяется, чтобы размягчить опухоли снаружи глаза и чтобы растворять и выделять изнутри глаза вредную гнойную жидкость.

Паровые ванны

Паровые ванны, подобно всем нашим применениям воды, действуют в самой легкой форме, и потому они вполне безопасны, безвредны. Употребление паровых ванн требует, однако, большой осторожности. Что делает здоровым больного, который правильно, по нашим указаниям, применяет воду, то при небрежности и халатном отношении здорового человека может сделать больным. Кто, например, тотчас же после паровой ванны выходит на открытый воздух, не охладившись, тот не только может заболеть слегка, но и опасно заболеть.

Применение паров в этом случае так же виновно, как новорожденное дитя. Это предварительное замечание должно побуждать к осторожности, но ничуть не к боязливости. Я повторяю, что при правильном употреблении паровых ванн никогда нет даже малейшей опасности.

Необходимы ли вообще паровые ванны для лечения? Если хозяйка моет белье, то она употребляет и теплую, и холодную воду. Теплая вода должна растворить все то, что необходимо удалить, холодная должна смыть то, что растворила теплая. Подобный же процесс совершается и при лечении водой. И при болезнях необходимо растворять и удалять многое, например, застои крови, испорченные соки и т. п. Это совершается посредством теплоты. Затем тело следует укрепить и сделать выносливым. Это достигается посредством холода.

Каждый организм должен содержать в себе известное количество, известную меру теплоты для того, чтобы деятельность его была успешна.

Здоровый организм содержит в себе достаточно природной теплоты, он не нуждается в добавлении ее. Всякий больной организм чувствует потерю и недостаток необходимой внутренней теплоты, и она каким-нибудь образом должна быть восстановлена. Для многих больных достаточно обертываний мокрым холстом и компрессов; другим же воздействие паров — это искусственное доставление, так сказать, введение в организм теплоты оказывает лучшие услуги.

В чем же собственно состоит правильный способ применения паровых ванн?

Ответить на этот вопрос не легко. Я сообщаю единственно только результаты своих опытов и тотчас же, в самом начале, охотно сознаюсь, что я часто изменял свой способ лечения парами.

Сначала я присоединился было к общей практике, которая предпочитала полные паровые ванны, и следовал этой практике в продолжение 13 лет. Но так как я не замечал ожидаемых результатов, то стал изменять эти приемы. В продолжение трех лет это случилось даже три раза, пока я не убедился, наконец, что мой нынешний способ применения паров чрезвычайно мягок, чужд всего резкого и потому самый лучший и целесообразный способ, так как при нем пары не действуют одновременно на все тело, а только на отдельные его части. Уже в продолжение многих лет я применяю этот способ с самыми лучшими результатами.

Здесь, однако, я должен несколько более распространиться. Лет 30 тому назад и у нас, в Южной Германии, вошла в употребление русская паровая баня. Так как многие семейства не в состоянии были пользоваться этими здоровыми банями, которые в то время были только в больших городах, то, как я себе представляю, взамен этой бани выдумали известный шкаф, который должен был оказывать такое же потогонное действие.

Я тоже приказал сделать себе такой шкаф с дверью для входа и с отверстием вверху, через которое можно было удобно высовывать голову. Парами ящик этот снабжался извне. Пациент, желавший потеть, должен был сидеть или стоять внутри ящика и с тихой покорностью своей судьбе смотреть на поставленный пред ним термометр. Шея укутывалась сухим платком, чтобы не уходили пары; голова для охлаждения покрывалась компрессом, и все тело уже спустя 10—15 минут было в сильнейшем поту. Паровая баня заканчивалась обливанием всего тела (одной лейкой воды) или же полною ванной. Когда требовалось, чтобы пациент потел сильнее, то я заставлял его становиться в шкаф 2 раза, каждый раз на 15 минут, причем после каждого раза следовало быстрое обмывание, продолжавшееся не более 1/2 минуты.

Способ приготовления этой полной паровой бани казался мне бесподобным; мне было непонятно только то, что и результаты не были так же превосходны. Зимою в особенности дело было сопряжено с большими затруднениями. В несколько минут горячий пар, окружавший равномерно все тело, вызывал в нем сильный пот и вместе с тем делал его крайне чувствительным к холоду. Мне, по крайней мере, всегда было очень трудно защитить после такой бани всю поверхность кожи от холодного зимнего воздуха так, чтобы не пострадало то или другое место и чтобы не причинить пациенту на более или менее продолжительное время болей, иной раз даже сильных болей.

Я испробовал многое, чтобы устранить это неудобство, а еще более думал об этом.

Однажды, как раз зимою, мне пришлось быть в Мюнхене. У меня был довольно сильный катарр. Случайно попалась мне в руки газета, на последней странице которой превозносилось

граничащее с чудесным действие русской паровой бани. Между прочим там было сказано: «Попробуй только — одна такая баня в состоянии излечить сильнейший катарр». В этом я должен убедиться, подумал я. Задуманно — сделано. Я отыскал баню, принял такую паровую ванну — и после этой, уж подлинно русской бани, у меня более не осталось и следа катарра. Но — погодите! Едва прошло 5—6 часов, как я почувствовал во всем теле новый катарр, вдвое сильнее прежнего, оставленного мною в русской бане.

Вот в чем дело! Подумал я и сказал про себя: этот способ принимать паровые ванны нельзя считать правильным. Я сужу исключительно по себе; но каким же образом человек ослабленный, больной, наконец, даже тяжко больной, может применять то, что наводит ужас даже на крепкого, здорового человека? Без сомнения, такого больного иначе нужно пользовать.

Все дальнейшие опыты и попытки привели меня к убеждению, что тот же принцип, на котором основываются все применения воды, применим и к парам, именно — что самое слабое применение вместе с тем и самое лучшее. Самым слабым применением я считаю самое простое, которое больше всего щадит тело. Никогда я не употребляю (для увеличения природной теплоты) каких бы то ни было паровых ванн там, где достаточно незначительного применения воды, обливания или же полуванны; никогда не стану мучить или истощать все тело полною паровою ванной в таких случаях, когда достаточно действовать парами на отдельные только части тела. Я и при употреблении паров также держусь золотой середины, не следует ничего вынуждать у природы, а должно помогать ей дружески поддерживать ее и незначительными вспомогательными средствами побуждать ее действовать самостоятельно и непринужденно.

Все мои паровые ванны применяются собственно только к отдельным частям тела, хотя употребление их действует и на все тело. В этом именно, как мне кажется, заключается большое их преимущество: пары действуют на тело, ослабляя только больные части его, остальные же здоровые части, остаются нетронутыми и неослабленными. Тело вполне сохраняет свою силу, и в то время, когда больная, подверженная парам часть тела в полной работе, оно, так сказать, немного отдыхает, чтобы своею силою тотчас же затем поддержать ослабленную часть.

Многие из моих применений паров служат исключительно для того, чтобы подготовить организм к применению воды, сделать действие этих применений возможным, быть может, более действенным, посредством возвышения природной теплоты, или же для того, чтобы внутри тела (например, посредством размягчения всего постороннего в дыхательных органах) помочь действию наружного применения воды. Очень редко встречается тот или другой способ применения паров в виде отдельного, самостоятельного, полного применения.

Необходимые меры предосторожности относительно охлаждения тела, одевания, моциона указаны при подобном описании отдельных способов употребления паров.

Я должен еще предостеречь от ошибки.

Очень часто случается, что одно какое-нибудь из применений паров, в особенности для головы и ног, действует на организм особенно благоприятно. Паровые ванны эти, доставляют большое облегчение и даже удовольствие. Опасность лишь в том, что злоупотребляют хорошим, вредя своему здоровью. «Хорошего — по-немногу»; во всем следует соблюдать меру.

Особые паровые ванны для отдельных больных частей тела

Попеременно с другими применениями воды паровые ванны оказывают очень хорошее действие во многих случаях при болезнях глаз, ушей, при боли во рту, в пальцах, на ногах, в ноге и т. п. Разъясним это несколькими примерами.

Допустим, что ядовитое насекомое ужалит кого-нибудь в кисть руки или в руку; рука распухает, сильно болит и является опасность, воспаление распространится. Паровые ванны, применяемые к больному месту, в связи с обертываниями руки мокрым холстом, скоро облегчат боли и окажут помощь. Для этой цели следует держать кисть руки или всю руку над сосудом, в котором находится кипяток.

Рана, отравленная ядовитыми веществами, грозит заражением крови; медлить опасно. В таких случаях следует тотчас же приготовлять ручную или ножную паровую ванну, которая производит растворяющее и выделяющее действие.

Положим, кого-нибудь укусит собака, бешеная. Пока явится врач или какая-нибудь другая помощь, следует посредством пара доставить находящемуся в опасности больному по крайней мере временную помощь.

Или: сильные судороги в известных местах рук и ног мучат человека. Не должно медлить в таком случае применением паровой ванны. Для пользования паровыми ваннами в указанных случаях я обыкновенно употребляю отвар из сенной трухи.

При употреблении паровой ванны для глаз очень хорошо действует отвар из укропного порошка, очной травы, дикой гречи.

Для ушной паровой ванны употребляется отвар из глухой крапивы, обыкновенной крапивы и дикой гречи.

При скоплении мокрот в горле — отвар из дикой гречи, подорожника или крапивы.

Продолжительность применения паровых ванн никогда не должна быть более 20 минут, самое же короткое время — 1[illegible] минут.

ЦЕЛИТЕЛЬНОЕ ПИТЬЕ ХОЛОДНОЙ ВОДЫ И РАЗЛИЧНЫЕ ВИДЫ ЕЕ

Как пища назначена природою для утоления голода, так вода для утоления жажды, т. е. уничтожения жара и сухости слизистой оболочки рта и всего пищеварительного канала. Жажда есть побуждение натуры, могущественнее голода, потому что посредством воды извергается из пищевого канала затвердевший кал, моча засорившаяся и полезный пот для нашего здоровья.

Вода сравнительно с другими напитками

Необыкновенно огромное количество и повсеместное распространение воды на земле доказывают обширность ее назначения в природе. И точно, нет ни одного действия ни в растениях, ни в животных, ни даже в минеральном царстве, которое бы не посредствовалось водою, хотя ее участие иногда и неприметно в благородных действиях человека (в мышлении), в образовании металлов. Без воды скоро бы остановилась вся разнообразная машина жизни, как это мы видим, в неурожаи от засухи и в бесплодности песчаных степей, и как это замечается при проходе крови в какой-либо части по причине заращения или окостенения кровяного сосуда: член тела, не оживляемый приливом крови, худеет и сохнет, ибо кровь в животном теле имеет одинаковое назначение с водою на земле.

Вода есть самый обыкновенный, легкий и приятный напиток, назначенный для того самою природою, удобно везде находимый растением и животными. Она способствует раствору пищи и легко возбуждает желудок воздухом и солями, которые всегда в ней содержатся в известном количестве: она необходимо нужна для вознаграждения жидкостей в нашем теле, беспрестанно расходующихся на отделение мочи, пота, испарины и проч. Как натуральное питье, вода утоляет жажду скоро и в жаждущем производит чувство особенного благосостояния; в этом отношении ее не может заменить никакой искусственный напиток. Она совершенно удовлетворяет всем нашим нуждам, хотя люди, жаждущие новых ощущений, перемен, разнообразия и всего того, что с трудностию получить можно, выдумывают множество мнимых нужд, которые привычка делает, наконец, необходимыми и к которым располагает привычное употребление спиртных и других напитков. Человек, исключительно употребляющий одну только воду, не только не имеет нужды ни в каком другом напитке, но доживает до глубокой старости и избегает множества болезней.

Несмотря на это, люди всех сословий, в нынешнем их образе жизни, породившем множество привычек и нужд, не могут довольствоваться одною водою, не расстроив, по их мнению, своего здоровья; но это есть чистая уловка, под личиною которой мы хотим сокрыть свои слабости и привычку к разным напиткам. Натура, сотворив воду в чистом виде и вселив в каждого из нас жажду к ней, явно назначила ее для нашего употребления, и нет человека, который бы в здоровом состоянии его тела имел отвращение от воды.

Вода в ее натуральном виде есть чистая и прозрачная жидкость, не имеющая ни вкуса, ни запаха.

Но и много пить воды без потребности вредно

Об этом я не стану много распространяться. Я предостерегаю от двух крайностей, т. е. от двух взглядов, переходящих правильную границу. Были такие времена: кто выпивал больше всего кружек воды, тот был величайшим героем. Выпить 6, 8, 10 кружек воды в день не было вовсе редкостью. Еще и теперь есть такие, которые думают, что если пить много воды, то можно вылечиться. Но эта мысль все-таки лучше той, которая постоянно напевает разгоряченному мозгу, что 5 кружек пива не слишком большое количество жидкости сообразно с принимаемой в течение дня твердой пищей.

Есть другого рода люди, которые считают правильным прямо противоположное только что сказанному, и потому они по целым неделям, даже месяцам, не пьют воды: по их мнению, пить воду вредно.

Так-то люди теряют иногда всякий здравый смысл, заглушают в себе всякое недозволительное инстинктивное побуждение.

Разумно ли это?

Не внесли ли сами люди беспорядок в наш организм? Так оно и есть. Человеческое тело, эти живые часы с лучшим ходом и боем, шли бы и били превосходно, если бы глупый человек не засорил колес грязью, песком и всякой другой нечистью таким образом, что нарушается и совершенно даже прекращается их правильный ход. Безрассудный человек, развращенный и прихотями пресыщенный, сам же и разрушает свое здоровье, засаривает внутренний, здоровый организм и желудок всяким приходным мусором и отравляет ядом чистую кровь. А в крови ведь вся наша жизнь.

Но иначе поступает всякий неиспорченный человек, ведущий правильный образ жизни, он всегда здоров, редко знает болезни.

Согласно с этим, наше единственное и важнейшее основное положение, которому всякий должен был бы следовать, будет следующее: пей, когда хочется пить, чистую воду и никогда не

пей много в излишестве. За завтраком довольно одного стакана воды, если нет жажды. Если исключить влияние летнего жаркого дня или же какого-нибудь, болезнь предвещающего жара, то настоящая жажда для очень многих людей редкий гость, и для меня по крайней мере остается загадкой, как несмотря на это столько людей без всякой потребности производят в бедном желудке настоящие наводнения. Это не может остаться безнаказанным, а потому еще раз и повторяю: пей, сколько хочешь, когда чувствуешь жажду, и никогда не пей много без потребности.

Тело, главным образом, желудок, нуждается в жидкости, чтобы разжижать по временам желудочный сок, увеличить его количество и перерабатывать таким образом всю твердую пищу. Желудок дает знать о своих потребностях то слабым требованием воды, то сильной жаждой. В таком случае следует обратить на него внимание все равно, требует ли жидкости больной или здоровый желудок. Но нужно давать ему не больше, чем ему полезно, небольшое количество с известными промежутками времени; во время болезни, особенно же во время лихорадочного жара лучше пить чаще, например, через каждые 5—10 минут по столовой ложке, чем сразу стакан. Последнее не утолило бы жажды и, пожалуй, прибавило бы к существующей болезни еще новое ухудшение.

ХОЛЩЕВЫЙ ЦЕЛИТЕЛЬНЫЙ и СОГРЕВАЮЩИЙ так называемый ИСПАНСКИЙ ПЛАЩ (Русский длинный халат)

Этот плащ состоит из грубого холста, называемого в простом народе рядном. Он необыкновенно полезен в самых опасных болезнях и оказывает удивительно исцеляющее действие на весь организм в особенности в тех болезнях, как например, от паралича, подагры, ломоты в членах, тифе, каменной болезни мочевого канала, лихорадке, при катарральном состоянии тела и от других. Этот плащ сшивается таким образом, как бы в виде самого длинного спального халата с узкими длинными рукавами. От верху, то есть от самого подбородка, делаются шнуры с петлями или пуговицы для застегивания обеих пол до низу, то есть до самых ступней, и даже не лишним было бы, чтобы обе полы припускались длиннее, от пола не менее как на поларшина. Для того, чтобы при этом полы не пачкались и не грязнились о пол, придерживать их руками со всех сторон: спереди, с боков и сзади. Когда больной будет ложиться на постель, другое домашнее лицо мо-

жет подогнуть под ноги лишние полы для согревания ног. Но спервоначала этот самый плащ погружается в холодную воду; для очень же малокровных пожилых людей, которые слишком боятся холодной воды, он погружается в горячую воду; при этом при вынимании как из холодной воды, а также из горячей его нужно покрепче и покруче выжать.

Предварительно до исполнения всего вышесказанного следует приготовить постель и два или три шерстяных одеяла или иметь наготове меховую шубу, смотря по времени, или же более теплое ватное одеяло. Нередко даже больного накрывают периной, так чтобы не было доступа внешнего воздуха телу. Повторяю еще, следует обратить тщательное внимание на то, чтобы надевание мокрого плаща и укутывание в него было как можно поскорей, а также как можно поскорей нужно укутывать больного и в шерстяные одеяла, чтобы больной находился как можно меньше времени под влиянием внешне холодного воздуха. Во время моей продолжительной практики много являлись ко мне больных с разными недугами. Однажды явился ко мне очень расслабленый больной, страдавший многими недугами.

Его мучили приливы крови, пучение живота, геморрой, а ожирение сердца внушало большие опасения. Он начал применять 1—2 раза в неделю испанский плащ, и после довольно продолжительного применения плаща все названные болезни вместе с остальными, как рукой, сняло. С того времени этот излечившийся господин и до сих пор употребляет испанский плащ как универсальное средство, и так как ему нельзя терять много времени, то он надевает его, когда ложится спать, и снимает только тогда, когда просыпается, ночью или утром. Этот господин сделал себе из толстой шерстяной материи другой такой же плащ, который отлично служит ему вместо шерстяных одеял, и таким образом ему не нужно никакой посторонней помощи при употреблении этого плаща.

Продолжительность применения плаща — один час, полтора, не более двух часов и обуславливается силою организма пациента, в особенности телосложением его. Для тощего и слабого больного достаточно одного-полутора часов; полному же, не задумываясь, можно назначить 2 часа.

После каждого применения плащ следует тщательно вымыть. Кто хочет знать, как и насколько сильно действует испанский плащ, тот пусть исследует воду, в которой он моется: вода окажется совершенно мутной, и всякий даже изумится и сочтет почти невероятным, что испанский плащ в состоянии вытянуть из тела столько нечистот.

Испанский плащ открывает поры на всей поверхности тела самым легким (ничуть не резким), но самым действенным образом и вытягивает всякую нечистоту, слизь и т. п. Нечего уже говорить о том, как благотворно, вследствие этого, он должен действовать на нормальную температуру и общее состояние тела.

Ножное обертывание ног до икр

Деревенские жители, которые более дорожат временем и не располагают средствами, употребляют эти обертывания самым простым способом: надевают пару мокрых носков, а поверх их сухие шерстяные чулки, затем ложатся в постель и накрываются хорошим одеялом.

Кому это не нравится, тот может намочить в воде, смешанной пополам с уксусом, грубые холщевые тряпки или бинт, обмотать ими ступни до лодыжек и даже немного выше, поверх этого холщевого бинта наложить сухую повязку, лучше всего шерстяной или фланелевый бинт, лечь в постель и хорошо укрыться.

Применение этого приема должно продолжаться час, полтора, два часа, причем всегда следует ложиться в постель.

Если при этом развивается сильный жар, а применение этих обертываний имеет целью именно устранение жара, как например, при воспалении легких и грудобрюшной преграды, при воспалениях в животе, то следует возобновить, т. е. при каждом усилении жара снова погружать холст в воду. Во всех тех случаях, когда желательно извлечь нездоровые соки из ног, ослабить при воспалениях жар, отвлечь кровь из верхней части тела в нижнюю, эти ножные обертывания оказывают превосходные услуги.

Не должно смешивать их с ножной ванной и ее действием. Насколько продолжительность ножной ванны короче продолжительности обертываний, настолько же более ограничено и ее действие. Конечно, ножная ванна также привлекает теплоту и кровь к ногам; но такого выделения из ног испорченных соков, какое производят эти обертывания, не в состоянии произвести ни холодная, ни теплая ножная ванна.

Я не могу умолчать об одном особом способе применения этих ножных обертываний.

Кто может переносить это применение воды вечером, тот пусть надевает перед сном мокрые носки, а поверх их, разумеется, еще сухие. Таким образом вовсе не теряется времени; при этом отлично спится, и не нужно обращать никакого внимания на продолжительность применения. Одно только должно заметить, что, проснувшись ночью или утром, немедленно следует снять мокрые носки.

У крестьян, которые вечером чувствуют большую усталость, ножное обертывание вытягивает всю усталость из ног еще лучше, чем холодная ножная ванна.

У кого ноги постоянно холодны, тому я советую применять эти ночные обертывания. Страдающим потливостью ног я советовал это часто, однако только тогда, когда этому применению воды уже предшествовало несколько разных паровых ванн, причем такие обертывания применялись с большим успехом.

Обертывание до колен

Это обертывание действует сильнее, чем обертывание ног, описанное выше.

Обертывают ноги мокрым льняным бинтом до колен и плотно укутывают сухим, лучше всего шерстяным куском материи.

Продолжительность и все правила применения те же, что и в обертывании ног до икр. Я решительно рекомендую это обертывание ног до икр. Я решительно рекомендую это обертывание для удаления жара из верхней части тела, при большой усталости, для удаления накопившихся газов.

Не надо его смешивать со стоянием на коленях в воде, описанным в «полуваннах». Это употребление воды действует только укрепляющим, а не выделяющим образом.

Смоченная в холодной воде согревающая ХОЛЩЕВАЯ ШАЛЬ

Это шаль, сшитая в несколько полотнищ из самого простого грубого деревенского холста.

Объем и размер ее точь-в точь таковой же, как носят женщины на своих плечах большие шерстяные шали. Она предназначается больным лицам, в особенности малокровным, для согревания груди и спины. Ее предварительно намачивают в холодной воде. Вынимают ее из воды и покрепче выжимают, а потом уже этой шалью накрывают голое тело, а именно плечи, грудь и спину, и слегка завязывают в нижней части спины концы ее.

Тут же должна быть немедленно наготове и вторая шаль, но уже сухая для покрытия ею поверх мокро-сырой шали, так чтобы она прилегала как можно плотнее к членам тела к вышеуказанной первой. Как только распространится по телу приятная теплота, тогда мало-по-малу становится теплою и первая шаль на теле. Кроме того, нужно, чтобы воздух не проникал сквозь них.

Обыкновенная холщевая мокрая рубаха

Холщевая рубаха, какие носит простонародье. Но, конечно, она необходима каждому больному при болезнях в исключительных случаях, кто пользуется простою водою, и в тех болезнях, которые описаны в этой книге при употреблении воды. Эту мокрую рубаху надевают тогда, когда требует обстоятельство. Надевание ее очень просто, может быть понятно каждому. Ее намачивают в холодной воде и сильно выкручивают, потом уже и надевают, и больной тотчас же немедленно ложится в постель на разостланное шерстяное одеяло; плотно его со всех сторон уку-

тывают и одевают каким-нибудь самым теплым предметом, например, меховой шубою, нередко прикрывают даже периною. Иному покажется при этом случае, что здесь будет много возни, но когда хочешь исцелиться, тогда не будет возни. Можно предпринять и другой способ при таковых же болезнях. Один господин становился в ванну, надевши эту рубаху, но сухую, а потом велел поливать на него из лейки холодную воду, конечно, смачивая на нем эту рубаху, и это ему очень помогло. И при втором случае он тоже таким же образом сделал, притом сказавши, что это проще. Конечно, таким же образом после обливания тотчас же ложился в постель, приказавши своим людям покрыть себя со всех сторон как можно плотнее и теплее. И в последующих случаях он также делал — этот способ ему доставлял самый спокойный сон, хорошее настроение духа и свежесть. Спал он после этих приемов около полутора и до двух часов. Действие мокрой рубахи, как я убедился на опыте, состоит в открытии пор и вытягивании болезненных соков (подобно пластырю), успокоении, прекращении приливов и конвульсий, равномерном распределении тепла и улучшении общего состояния организма. С прекрасными результатами я применял мокрую рубаху у душевно-больных, и у детей при пляске св. Витта, и т. п., и особенно при кожных страданиях. Если надо вызвать более значительные выделения, вызвать сыпи, например, при скарлатине и т. д., то я советую намочить рубаху в воде с уксусом или солью.

При вышеуказанных болезнях эти способы очень помогают.

Нижнее обертывание

Оно носит такое название потому, что назначается главным образом при болезнях ног и живота и предназначается специально для живота. Обертывание начинается с плеч (подмышек) и распространяется до конца ног. Голова, шея, плечи и руки свободны и должны быть покрыты рубахой или лучше чем-нибудь потеплее, чтобы не проникал наружный дух. Итак, нижнее обертывание приготовляется следующим образом: на простыню, которая лежит на матраце или сеннике, в длину кладут как можно более широкое шерстяное одеяло. Холст для обертывания должен быть так велик, чтобы, сложенный в 2, 3, даже в 4 раза, он мог обернуть 2 или 3 раза все тело и ноги. Сложив его вдвое, намачивают, выкручивают его так, чтобы более не капало, и кладут в виде прямоугольника на разложенное шерстяное одеяло. На этот холст ложится пациент, и холст оборачивается вокруг всего тела таким образом, чтобы ни одно место туловища не осталось непокрытым, и чтобы один мокрый конец заходил за другой. Затем плотно обертывается кругом шерстяное одеяло во избежание доступа воздуха и сверху еще перина. Для ног берут обыкновенно еще отдельное покрывало. Дело это не так хлопотливо, как кажется с первого взгляда; конечно, здесь есть немного возни;

но это во всяком случае проще и легче, чем употреблять специальные для этой цели бинты, которых я не применяю даже при самых больших обертываниях.

При некотором навыке приобретается достаточная ловкость; я знаю многих, которые сами приготовляют и накладывают на себя эти большие обертывания.

Еще одно замечание, которое успокоит тех, которых уже при чтении пугает мысль о холодной воде. Кто слишком боится холодной воды, у кого мало природного тепла, у кого нежные нервы, тот может спокойно намочить обертываемый холст в горячей воде. Для слабосильных, болезненных, малокровных и пожилых людей, я даже предпочитаю это, хотя не требую непременно. Применение нижнего обертывания продолжается час, полтора, иногда — два часа. Чувство холода заменяется ощущением приятной теплоты.

Простой люд, крестьяне делают это гораздо проще: они берут старый, долго бывший в употреблении и не очень жесткий мешок, намачивают его в воде, выкручивают и влезают в него до плеч; потом ложатся в этом костюме на разостланное шерстяное одеяло, укутываются и прикрываются периной. Сотни людей с успехом пробовали этот простой способ.

Это обертывание, употребляемое всегда вместе с другими применениями воды, производит согревающее, выводящее и растворяющее действие, преимущественно на живот.

В связи с другими средствами обертывание употребляется при опухолях на ногах, ревматизме, ломоте в костях, вздутии живота, конвульсиях и т. д.

Вместо простой холодной или теплой воды еще лучше употреблять отвары сенной трухи, осоки, сосновых веток и овсяной соломы. Осока заменяет сенную труху и полевой хвощ и очень полезна при затрудненном мочеиспускании и, как побочное средство, при мочевых камнях и песке. Отвар из овсяной соломы оказывал отличное действие при ломоте, подагре, мочевых камнях, мочевом песке; сосновые же ветви — для устранения накопившихся газов и различных конвульсий живота. Эти средства в этих болезнях очень помогают.

Обертывание простынею, холстом или полотенцем из холста, который погрубее, смоченных холодною водою

Головные обертывания

При головных немощах обертывания очень полезны, эти головные обертывания можно применять двояким образом. Всю голову, лицо и волосы умывают, т. е. совершенно смачивают водой. Вода должна проникать до самой кожи, однако настолько

чтобы не капало с волос. Это могло бы переполнить меру хороше-го. После этого вся голова обвязывается сухим платком каким бы то ни было, а лучше всего шерстяным, таким образом, чтобы он плотно прилегал, не пропускал воздух и чтобы только полови-на лба и глаза оставались незакрытыми.

Уже через 1/2 часа, очень редко через час, волосы высохнут.

После этого можно повторять обмывание и обвязывание 1, 2, даже 3 раза. При обвязывании следует только обращать внима-ние на то, чтобы платок, которым покрывается мокрая голова, был совсем сухой. Второе и третье применение, каждое в отдель-ности, должно продолжаться 1/2 часа. Следует, однако, обра-тить особенное внимание на то, чтобы волосы перед каждым но-вым применением всегда вытирались досуха.

Необходимо также приучить себя к тому, чтобы после по-следнего обертывания легко и быстро обмывать холодной водою шею и голову, как и при утреннем умывании, и вытирать их досу-ха. В тех случаях, в особенности, когда желательно достигнуть сильного выделения худых соков, гораздо лучше делать следую-щим образом. Голова обмывается как сказано выше. Обертыва-ние делается в этом случае двумя платками: во-первых, платком, не пропускающим воздуха, как и при первом способе примене-ния, и во-вторых, еще одним, более легким шерстяным платком, также хорошо прилегающим и не пропускающим воздуха. Если жар в голове слишком велик, то кроме волос, можно смачивать еще повязку, находящуюся под шерстяным платком.

Если желательно сделать действие более продолжительным, то не следует забывать переменить платок, в крайнем случае он может оставаться на голове 25—30 минут.

После снятия повязок следует поступать, как сказано выше.

Эти болезненные недуги успешно излечиваются, а именно: головные боли, преимущественно ревматические, происшедшие от простуды или резкой перемены температуры, сильная чушуй-чатая сыпь на голове, сухая сыпь, маленькие нарывы под волоса-ми.

Никогда не следует пренебрегать ими. При этих средствах больные вполне излечиваются.

Очень полезные средства при обертывании шеи холстом, смоченным холодною водою

Эти средства очень просты. Обертывания шеи состоят в том, что рукой или грубым холщевым полотенцем смачивают всю шею и затем покрывают ее старательно сухой грубой повязкой из такого же холста в 3—4 оборота так, чтобы помешать доступу свежего воздуха к мокрым местам.

И опять-таки, повторяю чтобы обращать главным образом внимание на то, чтобы она была непроницаема для воздуха.

На основании моей опытности я вообще против продолжительных обертываний. Все ведь в меру, а иначе очень часто производят совершенно противоположное действие, чем нужно: ухудшение вместо улучшения. Это и есть очень часто главная причина, почему подрывается доверие к применениям воды, а потому непременно следует слушаться, как указано в этой книге: нарушения же эти ведут ко вреду.

Параличные болезненные недуги

Параличный удар с отнятием речи в языке

Эти описанные болезни продолжительны. Вот один случай с одним моим знакомым. Его расшиб апоплексический удар, то есть, проще сказать, паралич. Конечно, как и всегда бывает в подобных случаях, у него вследствие этого была парализована одна сторона тела, так что перекосило страшно рот, причем отнялся и язык, кроме того, также было парализовано веко, а равно поражено и зрение. Разумеется, при всем этом больной совершенно упал духом, а явившийся немедленно приглашенный врач сообщил, что нужно выждать, не появится ли второй удар, а пока сделать ничего нельзя, впрочем, прописал больному пить горькую воду. Я, узнав все это, тотчас предложил ему лечиться по моей системе холодной водой, на что он согласился и через 12 дней был совершенно вполне здоров.

Каким же образом излечился он от этого недуга?

Человек заболевает не весь сразу в параличной болезни, а только частями, как например, отнятие той или другой руки или ноги. Внутренний же организм совершенно не тронут, а тронуты только некоторые части тела. Вот, например, возьмем хотя бы порядок часового механизма. Механизм частью сломался вследствие падения, удара или малого или сильного толчка, и весь правильный ход часов затормозился, хотя самые главные колеса были и не повреждены, но повредились только маленькие колесики, между них попало что-либо чуждое.

А потому этот внутренний механизм нужно привести в порядок, а нарушителя, который нарушил порядок в механизме, следует изгнать вон. Тогда все части в механизме придут в порядок по-прежнему.

То же самое случается и с живым человеческим организмом в теле. Внутренними нарушителями в человеческом организме большею частью бывают застои в испорченной крови от внешних ли или от внутренних причин — это безразлично, но раз кровообращение уже нарушено и беспорядок в нем произошел, постепенное ломание в организме началось, и некоторые части в нем застряли в своем ходе и сдвинуты с указанного им места. Паралич бывает местный, иногда и общий — разрушает весь организм.

В подобных случаях очень хорошо действует разрешающим образом на верхние части тела головная, паровая ванна с последующими обливаниями. Таким же образом на нижние части тела равносильно действует ножная паровая ванна. Затем после этого больной должен принимать теплые ванны попеременно с холодными или с холодным обмыванием. Применением всего вышесказанного уменьшается прилив крови к мозгу. При посредстве этих применений воды застои крови непременно будут уничтожены, и кровообращение само собою придет в надлежащий порядок. Помимо всего этого, следует пользовать организм здоровой, питательной пищей, но избегая всего возбуждающего, как например, различных пряностей и т. п., а равно никогда не следует допускать и излишеств. Спиртные же напитки, а также и крепкие вина должны быть строго воспрещаемы. Кроме того, остерегаться сильных душевных потрясений, в виде напряжений ума и волнений и других подобных.

Случился параличный удар с одним священником. У него рука, нога, так сказать, вся половина, тела была совсем парализована. Отнялся и язык для произношения и выражения речи. К тому же он совершенно потерял почти свое сознание. Родственники приступили к медицинским средствам для приведения его в сознание, но безуспешно. В это же время прибыл и врач. После осмотра больного он объяснил, что парализованная сторона останется в таком виде навсегда окончательно, что и другая сторона подвергается опасности вторичного удара в непродолжительном времени. При втором ударе должна прекратиться и жизнь больного. По отъезде врача немедленно приглашен был я. И действительно, опасность для больного была велика. Я немедленно решил тут же попробовать применить лечение водою. Подумал я про себя: это лечение ни в каком случае больному не может повредить. В первых же минутах я усиленно обмыл ногу и руку больного холодною водой. Потом две теплые, ножные ванны и опять через 3 часа обмывание ног. Те же приемы были применены и на 2-й день, а уже на 3-й день, можно было заметить, что в парализованных членах появилось ощущение и жизнь. На 4-й день с трудом наложили на плечи больного намоченную в холодной воде и выжатую холщевую шаль. Потом поверх холщевой наложили для согревания шерстяную шаль на 1 час. Привели в сознание и больного, который уже при помощи домашних мог приподняться в постели и спустить ноги в ванну, приготовленную для него из теплой воды с золой и солью. Такое лечение продолжалось две недели. Через 14 дней больной помогал нам при лечении здоровой рукой и здоровой ногой, которыми он мог уже действовать, и с радостию показывал, что он уже в состоянии приподнять и парализованную руку. Затем последовали полные обмывания, попеременно с головными и ножными паровыми ваннами. Больной принимал еженедельно по одной паровой ванне и ежедневно ему делали обмывание верхней и нижней частей

тела. Это продолжалось три недели. В потрясенном до глубины организме появилась новая сила, аппетит увеличился. В следующие три недели больной принимал теплые ванны попеременно с холодными, по одной в неделю; кроме того, еженедельно одну головную паровую ванну, одну ножную паровую ванну и три полуванны с обмыванием верхней части тела (в продолжение одной минуты).

Лечение было закончено верхними и нижними обливаниями, которые применялись попеременно со сшитым из грубого холста плащем. Плащ этот сшит в виде длинной рубашки с рукавами, длина его достигает почти до самых пяток. Спереди от самой шеи и до низу он зашнуровывается, дабы было возможно влезть в этот так называемый холщевый плащ. Конечно при этой болезни он смачивается в самой холодной воде и тщательно выжимается. Потом уже больной немедленно плотно одевается в этот сырой плащ. Он в высшей степени полезен в этих болезнях взамен повсюду употребляемых простынь, так как простыня не может так плотно обвивать все места тела, как обвивает этот холщевый плащ. К дополнению сего он сшит, как и сказано раньше в отделе «Испанский плащ», из грубого холста, называемого в народе рядном. К тому же, опять повторяю, чтобы он спускался до самых пят как сзади, а также и спереди, и даже, если хотите, волочился. При случае, когда нужно лечь во всю длину на кровать, должно подправлять его под обе ступни, чтобы ощущалась постепенная теплота.

Разумеется, это была продолжительная, тяжелая и очень утомительная работа, но состояние здоровья больного улучшилось настолько, что он мог ежедневно служить обедню, навещать больных, совершать требы и исполнять все письменные работы. Единственное, чего он не мог более исполнить, было произнесение проповедей: язык его слишком пострадал, так что некоторые слова он мог произносить только с большим трудом.

Один мужчина, лет 45, был внезапно разбит параличем. Правая рука и правая нога были совсем парализованы и сделались совершенно бесчувственны. Аппетит у него совершенно исчез. Больному обмывали ежедневно ноги и верхнюю часть тела теплой водой, примешивая немного уксуса. Три раза в день он принимал по 30 капель экстракта из полыни, шалфея и трилистника. Через две недели рука и нога его обладали уже достаточной природной теплотой и надлежащею способностью ощущения, так что человек этот опять был в состоянии ходить по комнате. Аппетит увеличился, парализованная сторона мало-по-малу опять окрепла, и через несколько дней организм опять пришел в нормальное состояние. Должно заметить, что больной пил много водки, вследствие чего он и заболел. В подобном случае, для полного излечения и укрепления организма, следует, кроме того принять еще 8—10 теплых ванн из отвара овсяной соломы или сосновых веток. Температура ванн должна быть 30 градусов

и продолжительность их не должна превышать 10—15 минут. За такими ваннами каждый раз должно тотчас же следовать усиленное холодное обмывание или холодная полуванна с обмыванием верхней части тела.

Я должен сделать еще одно общее замечание, которое для многих может оказаться полезным. Если кого-нибудь поразит удар, и последует только местный паралич, то немедленно и раньше всего следует усиленно обмывать холодной водой спину, грудь и живот (2—3—4 раза в день). К воде при этом можно прибавлять немного соли или уксусу.

Таким же образом следует обмывать ноги и руки, чтобы кровь распределялась повсюду равномерно, и так же равномерно распространялась по всему телу и теплота. Все обмывания (на что я обращаю особенное внимание) должны производиться как можно быстрее: ни одно не должно продолжаться более одной минуты.

Если паралич незначителен, и больной в состоянии сидеть, то первым и самым лучшим применением является в таком случае головная паровая ванна (на 20 минут) с последующим усиленным обмыванием верхней части тела. Спустя 4—6 часов должно сделать второе применение воды, ножную паровую ванну (тоже на 20 минут) с последующим обмыванием или обливанием нижней части тела. После этого можно делать указанные раньше обмывания. Должно избегать, особенно в начале лечения, полных обертываний холщевой шалью, так как природная теплота тела в таких случаях слишком слаба и не может быть скоро восстановлена. Я знаю случай, когда доктор хотел спасти и излечить больного посредством обертываний мокрым холстом. Первое обертывание принесло большую пользу; при втором же обертывании все тело больного осталось совершенно холодным и даже посинело. Только благодаря восстановлению теплоты больной опять был приведен в прежнее состояние, и потому-то этот больной благодаря этим разумным заботам был совершенно исцелен.

Ревматические мучительные и несносные болезни

РЕВМАТИЗМ

и

разные виды его в разных частях тела

Эти ревматические болезни очень страдательны. Было бы излишком перечислять все разнообразные виды ревматических явлений.

Один мучается этим страшным и мучительным недугом ногами, у другого лом в руке или в голове, а у иных в спинах и поясных хребтах и лом в костях с стреляниями и в разных других частях тела и так далее.

Этот ревматизм, терзающий человечество беспрерывно и неугомонно, странствует среди людей, точно вечный жид.

Сельский люд, то есть деревенские крестьяне, мало знаются с этим ревматическим недугом, так как простой трудящийся люд постоянно и прилежно работает физически, а в особенности дровосеки, плотники, пильщики и многие другие. Это происходит от того, что они находятся всегда в движении.

Я сказал еще ранее, что многие болезни происходят от застоя крови, вследствие ли простуды или от других причин это безразлично, а простому трудящемуся люду некогда нежиться: он всегда в движении и в действии, а потому у них и кровь всегда в движении и действии.

Советую каждому и всякому отнюдь не выходить потному на сквозной и холодный ветер, в особенности холодною осенью, зимою и весною в холодное сырое время. Кто неосторожен и небрежен в отношении своего здоровья, этот свирепый и мучительный ревматизм быстро набрасывается, как волк, схватывает в свои лапы и немилосердно терзает жестокой продолжительной болезнью.

Однажды приехал ко мне один господин. «Я на службе и заболел, а между прочим я более не в состоянии исполнять своих обязанностей, так как страшный ревматизм вцепился, как кошка, в мою правую лопатку руки».

Причина была неосторожность. Он, вспотевши, необдуманно вышел на холод и объяснил, что нередко этот жестокий ревматизм посещает его раза два в год и укладывает его в постель недель на пять.

Я охотно вызвался ему помочь и сказал: «Если хотите, то я вас исцелю в двое суток, и вы будете исцелены от своего недуга».

Он недоверчиво посмотрел на меня, я же в свою очередь сделал немедленно распоряжение по поводу его болезни, но с условием, чтобы он делал безусловно в точности то, что я ему прикажу. А именно: чтобы он ехал домой и по приезде велел бы жене приготовить сухой небольшой кусок фланели погрубей, если нет фланели, то кусок сукна и растирать ему по сухой спине сухой фланелью или сукном покрепче лопатку и спину минут 10 или 15, а потом сделать холодное, верхнее обливание всей спины. Часов через восемь он принял головную паровую ванну с последующим холодным обливанием. Не прошло еще 24-х часов, как «кошка» была уже за горами. Обращаю внимание читателя на то, что о сухом растирании я до сих пор ни разу еще не говорил; что оно здесь встречается впервые, кроме того это растирание в этом недуге очень полезно и объясняется следующим образом. Ведь понятно. Если ревматизм является следствием быстрого перехода от холода к теплу и наоборот, то ревматические боли, которые иногда имеют место только на поверхности кожи, иногда же коренятся глубоко внутри, даже есть основание предполагать, в мозге костей, большею частью происходят от неправиль

ности кровообращения, именно от ускорения или замедления его, от застоев крови или вследствие небольших воспалений в том или другом месте и т. д.

Происходящие от этого неправильности кровообращения, которые и причиняют боль, должны быть устранены из страдающих частей тела восстановлением правильной циркуляции крови. Если ревматизм глубоко укоренился, если он существует уже долгое время, сопровождается особенно сильными болями и широко распространился, то я на помощь воде призываю еще и растирание. Оно быстро вызывает теплоту, содействует более правильному распределению крови и т. д. Если обливать больное место без предварительного согревания при помощи трения, то ревматизм может окончательно уничтожиться, а если же впоследствии и появится, то нужно предпринять те же меры.

Один больной средних лет, около 40, почувствовал в правой ноге сильную боль. Боль стала еще более увеличиваться, что решительно сделалась невыносима. Иногда он чувствовал боль в руках и в плечах.

Прибегал и к докторам, но ничего не помогало. Потом прибегнул к лечению водой, и спустя неделю он почувствовал весьма значительное облегчение, спустя еще неделю и продолжая лечиться водою, он через несколько дней совершенно был здоров. Вот его лечение. В продолжение недели он делал себе два верхних обливания от самых плеч и до ног, потом два обливания обоих бедер, а также два раза надевал и окутывался шалью от самой шеи и до бедер и потом раза два или три в неделю от 1—3 минут ходил в воде почти выше колен в глубокой ванне. Ежедневно ему делали также обливание спины, и кроме того, он ходил по мокрой траве. После этих шести-семи дней он применял верхнее обливание с обливанием коленей попеременно с полуванной (в продолжение одной минуты или двух минут).

Один молодой человек, лет 28, рассказывает: «В продолжение двух лет не было еще ни одного дня, когда бы я не испытывал болей. Сначала боль появилась у меня на спине, где я чувствовал сильное жжение и колотье, которое то усиливалось, то ослабевало. Мало-по-малу боль начала распространяться и, наконец, перешла в правое бедро. Часто в продолжение ночи я не мог уснуть даже на два часа: то меня мучил жар, то охватывал такой озноб, что меня трясло, как в лихорадке. Вначале я лечился у нескольких врачей, но безуспешно. Мне также делали подкожные впрыскивания, после которых боли на некоторое время утихали, но в скором времени обыкновенно появлялись опять еще в сильнейшей степени. В виду того, что врачи не могли мне помочь, я обращался к разным лекарям, неспециалистам, которые назначили мне втирание и обмывание спиртом. Но все, что я ни делал, нисколько мне не помогло. Теперь я хочу испробовать еще лечение водою».

Применения воды были следующие:

1) в 8 часов утра — верхнее обливание (2—4 лейки холодной воды);

2) в десять часов — обливание бедер;

3) в два часа пополудни — опять обливание бедер и

4) вечером — хождение по воде.

Такие применения были употреблены в первый день. Во второй день: рано утром — хождение в воде, в десять часов — обливание бедер, в два часа пополудни — обливание спины, в 5 часов вечера — сидячая ванна. В третий день: рано утром — полуванна, в десять часов — верхнее обливание, в два часа пополудни — обливание бедер, в пять часов — хождение в воде. В четвертый день: рано утром — обливание бедер, в десять часов — полуванна, после обеда — обливание спины и вечером — хождение в воде.

Это продолжалось 16 дней. Больной выздоровел. Для укрепления же организма, который сильно ослабел вследствие перенесенных болезней, больной должен был еще некоторое время принимать еженедельно 1—2 полуванны и раз или два раза в неделю ходить в воде.

Хронический ревматизм суставов

Мне один военный больной заявил, что он страдает ревматизмом. Он пользовался в Аахене купаньями, имевшими для него благодетельные последствия. Во время компании 1870—71 годов от бивуачной жизни у него появился ревматизм во всем теле в сильнейшей степени; и на этот раз купание в Аахене снова оказалось благодетельным. Вскоре после этого болезнь опять возобновилась. Офицер этот обращался к знаменитым врачам, но безуспешно. Он пользовался ваннами в Айблинге, но на этот раз горячие, продолжительные ванны его значительно обессилили, и он возвратился оттуда в весьма жалком состоянии. Наконец, когда уже были испробованы всевозможные средства, он обратился к лечению водой.

А потом этот больной уже около двух месяцев не вставал с постели и прибыл ко мне. Он страдал ревматизмом во всем теле, в суставах ног, коленей, рук и плеч. Правая рука, от пальцев до локтя, даже немного выше, распухла, сочленения совсем как бы окостенели; коленями (тоже опухшими) он совершенно не мог двигать. Больной был крепко сложенный, отличавшийся мужественной осанкой, потом он совершенно осунулся от продолжительной и мучительной болезни.

Вот по милости Божией как он исцелился.

Лечение состояло в следующем:

1) Два раза в неделю применялся полный холщевый плащ от подмышек до оконечностей ног, каждый раз на полтора часа

причем холст намачивался в теплом (30 градусов) отваре из овсяной соломы, сенной трухи и сосновых игл;

2) ежедневно утром и вечером опухшую руку на 1—2 часа обертывали холстом, намоченным в таком же отваре;

3) еженедельно больной принимал две полные ванны из отвара разных трав с троекратной переменой;

4) три раза в неделю применял шаль на один час.

Через две недели заметно было уже значительное улучшение.

После этого больной дома продолжал делать следующие применения:

1) обертывания руки холстом таким же образом, как и раньше;

2) еженедельно он принимал одну полную ванну из отвара разных трав с троекратной переменой;

3) три раза в неделю принимал холодную полуванну продолжительностью от 1/2 до 1 минуты;

4) от 3 до 5 раз в неделю он принимал сидячую ванну (2 минуты).

Результатом такого лечения было то, что опухоль на руке и коленях совершенно исчезла, и больному снова возвратилась способность владеть [illegible] членами. В виду дальнейшего лечения в сентябре [illegible] года делались следующие применения воды:

1) теплая ручная ванна, обертывание руки отваренной сенной трухой и тотчас же после этого обмывание руки холодной водой;

2) три-четыре раза в неделю полуванна;

3) еженедельно ванна из разных трав с троекратной переменой;

4) четыре раза в неделю верхнее обливание.

Результаты лечения были очень благоприятны. Суставы совсем освободились от опухоли и боли и сделались вполне подвижными, и он исцелился.

Один крестьянин чувствовал столь сильные ревматические боли в ногах, и особенно в бедрах, что не мог даже ходить; он не знал даже, каким образом он нажил его. Этот пациент делал себе ежедневно два обертывания из горячего отвара сенной трухи на 2 часа каждый раз, начиная от подмышек, и хорошенько укутывался в постели. 10 таких обертываний совершенно излечили его.

Другой крестьянин, вследствие ужасных болей в бедрах, не мог даже делать обертываний. Его сажали 3 раза ежедневно в ванну из сенной трухи в 33—35 градусов на 25 минут каждый раз. В 3 дня он совершенно выздоровел.

Я мог бы насчитать бесчисленное количество примеров ревматизма головы. Легче всего ревматизм устранялся применениями воды, направленными не к самой голове, а к ногам — паром и

теплыми ваннами. Если действовать на голову холодною водою, боли еще усиливаются; если теплой — увеличивается приток крови. Лучше всего помогает вода в следующем порядке:

1) Теплая ножная ванна (с солью и золой).
2) Шаль.
3) Ножная паровая ванна.
4) Головная ванна с холодным обливанием.
5) И опять шаль.

Эти применения, ежедневно по одному, излечивают самый сильный ревматизм головы, происходящий часто от сквозного ветра, простуды, быстрой перемены температуры.

Не следует никогда запускать ревматизм, потому что из него впоследствии могут развиться болезни легких, глаз, ушей и т. д., воспаления, заражения крови и другие тяжкие болезни.

Один студент, выпивший немного, выйдя на холодный воздух, схватил ревматизм в груди. Он думал, что благодаря его молодости и здоровью это пройдет само собой. Но благодаря этой небрежности дело приняло грустный оборот: возник сильный кашель, принявший злокачественный характер, а через 2 месяца несчастный погиб в цвете лет. Если бы молодой человек обмывал хорошенько грудь и живот ежедневно 4—5 раз, то через 2—3 дня он был бы вне опасности.

У одной трудящейся женщины, которая много и напряженно работала, образовалась на колене опухоль. Несколько недель она совсем не обращала на нее внимания, а затем, по незнанию, стала прикладывать холодные компрессы. Состояние колена ухудшилось, и она обратилась к доктору. Этот прописал ей мазь, от которой ей, однако, не стало лучше. К довершению зла, нога у ней согнулась в берцовой кости. Чтоб нога не потеряла способности сгибаться в коленном суставе, доктор велел ей ежедневно втирать хорошенько свиной жир, колену не было лучше. Наконец, врач наложил ей гипсовую повязку, предположив, что впоследствии она, наверное, может ходить. Через 9 недель повязка была снята, но бедной девушке лучше не было, тогда она обратилась ко мне.

Подобного рода затвердения на костях и вокруг них могут быть размягчены только очень теплыми компрессами из отвара сенной трухи. Когда размягчение состоится, кровь снова прильет к выздоровевшим местам и будет питать и укреплять их.

После недельного применения упомянутых компрессов больная уже могла стоять; через 8 недель она уже свободно ходила.

Один господин явился ко мне и рассказывает: «Я с головы до ног страдаю ревматизмом, болями и катарром, которые то усиливаются, то ослабевают; я не знаю, чем себе помочь. Я страдаю отсутствием аппетита и бессонницей, и если так будет продолжаться, я должен выйти в отставку. Я давно уже ношу теплые рубахи из самой плотной материи, затем еще шерстяные кальсоны, затем суконный жилет на толстой подкладке, теплые брю-

и еще сюртук и пальто; и несмотря на все это, мне постоянно холодно, хотя тело мое покрыто вонючим потом. Я самый несчастный человек в свете».

Теперь поговорим о лечении.

Сначала сделано было полное обливание и обмыта грязь с кожи; затем обливание колен с обмыванием. Эти применения производились по 2 раза в течение 3 дней. И сейчас за этим полуванна, а через час — верхнее обливание. На 5-й день вторая пара кальсон была заменена холщевыми. На 7-й день теплая рубаха заменена холщевой и жилет с рукавами. Затем (по два раза в день) следовали верхние и нижние обливания попеременно с полуваннами. Через две недели господин этот уже не чувствовал ни ревматизма, ни судорог; испарина у него появилась, как обыкновенно у всякого здорового человека, к нему возвратился здоровый сон и прекрасный аппетит, и наш пациент чрезвычайно радовался своему выздоровлению.

Еще жаловался мне один больной: «У меня ревматизм; в правом боку беспрерывная сильная боль, а если боль немного утихает в этом месте, то она переходит на одно или даже на оба плеча. Тогда я не в состоянии действовать ими.

Сильней же всего страдание у меня бывает в затылочной части головы, но в особенности в левой стороне, а в ногах всегда холод, несмотря на самое жаркое время. При этом моем жалком положении, к тому же я на службе, а не в силах исполнять свои служебные обязанности. Я прибегал ко многим докторам, много истратил денег на лекарство и на разные медикаменты, и ничто мне не помогло. По совету доктора я стал носить шерстяную рубашку, я переменил их несколько, но от этих рубашек тело мое было еще чувствительней, мне было то жарко, то холодно от переменных погод, а потому я прибегнул к воде». Применение воды было следующее: 1) три раза в неделю больной надевал на полтора часа рубаху из грубого холста, намоченную в отваре из сенной трухи; 2) два раза в неделю он применял полный испанский плащ или, проще сказать, холщевый халат, о котором было уже сказано в первых отделах книги, причем холщевый плащ намачивался тоже в теплом отваре из сенной трухи; 3) два раза в неделю, вставая ночью с постели, он обмывал все тело холодною водою и, не вытираясь, тотчас же ложился опять в постель. Такое лечение продолжалось две недели. Дальнейшие применения воды были следующие: 1) ежедневно больному делали одно верхнее обливание и одно обливание коленей; 2) ежедневно он ходил в воде в продолжение 2—4 минут, после чего согревался движением; 3) два раза в неделю ему делали полное обмывание. Через четыре недели господин этот совершенно избавился от своих страданий.

После этого он принимал еще по две полуванны в неделю.

Вот мне мой один знакомый, заболевший ревматизмом, рассказывал следующее: «Я испытываю невыразимые боли в руках,

плечах и ногах; то все тело мое как бы охватывается и сжимается ревматизмом, то в отдельных частях тела боль становится тем мучительнее, чем слабее становится она в других местах.

У меня почти постоянная одышка, доходящая иной раз до такой степени, что я опасаюсь возможности задохнуться. Кроме того, у меня часто бывают приливы крови к некоторым частям тела. Таким образом, не бывает ни одной минуты, когда бы я мог отдохнуть от своих страданий.

Меня магнетизировали, электризировали, и я сам употреблял множество различных средств, но без всякого успеха. Лечение водою в 10 дней освободило меня от всех моих страданий, и у меня остались только незначительные следы прежних болей. Я убежден, что дальнейшее лечение водой при употреблении даже более простых способов ее применения сделает меня вполне здоровым. С тех времен я более уже не болен этой болезнью».

Разнохарактерные виды рака

Эта болезнь очень мучительная, к тому же рак имеет много болезненных видов, нередко заразительных.

Если он застарел и раковидные повреждения сильно развились и разрушаются, то я в этом виде не решаюсь его лечить водою; кровь и жизненные соки слишком подвергнуты порче и разложению.

В одной семье заболели муж и жена. Они получили болезнь, навестивши свою больную тетку, еще недавно только заболевшую,— у ней открылся рак на языке. Не имея понятия об этой болезни, оба сильно перепугались, когда увидали ужасные разрушения, произведенные раком. После этого признаки той же болезни появились и у обоих супругов. У жены через 3 дня распухла половина языка, у мужа на нижней губе образовалось воспаление и появилась язва. «Мы заразились!» — сообщили они мне в отчаянии.

Я постарался ободрить этих испуганных до смерти людей и по возможности разуверить в их предубеждении. Вместе с тем я посоветовал им в первый день раза четыре хорошо выполаскивать квасцовой водой весь рот, особенно зараженные места, а на другой день делать полоскание сабурной водой; при этом через день принимать головную паровую ванну. Оба вскоре совершенно выздоровели. Я сам никогда не мог бы поверить, что эта страшная болезнь могла передаться только благодаря действию испуга. Позже, как я узнал, один врач подтвердил, что эти люди действительно заразились. В моей практике встречалось несколько случаев рака в начале его развития, а также несколько случаев уже развившегося. Лечение во всех случаях было направлено единственно на очищение крови и соков.

УДУШЬЯ И ЗАДЫХАНИЯ
от сжатия в горле и груди и от сжатия в пищевом канале (астма)

Один господин рассказывает: «Мне 46 лет. Астмой я страдаю уже 20 лет. Я обращался ко многим врачам, но они объявили мне, что болезнь моя неизлечима, и советовали мне только успокаивающие средства, которые мне не помогали. Я решил нести свой крест. Этот крест часто становился тягостен. Часто дыхание затруднялось настолько, особенно по ночам, что я в сильнейшие морозы должен был стоять у открытого окна, чтобы не задохнуться. Такие припадки продолжались иногда несколько дней подряд. Все средства оказывались недейственными. К этому присоединились еще отсутствие аппетита и полный упадок сил, и я видел, что так продолжаться не может. Наконец, небо сжалилось надо мной. Книга «Мое водолечение» явилась в качестве спасителя. Просто невероятно, как вода может быстро переделать натуру человека. Я излечился в одну неделю. Применения воды были следующие: 1) верхнее обливание, обливание колен, хождение по воде; 2) обливание спины и бедер; 3) сидячая ванна, верхнее обливание, полуванна; 4) обливание верхней части тела и спины, хождение по воде; 5) полуванна, верхнее обливание, сидячая ванна; 6) полная ванна, верхнее обливание; 7) обливание бедер, верхних частей тела. При этом я ходил ежедневно 2 часа босиком по траве. Это было летом, и мое состояние улучшалось с каждым часом. И, наконец, я окончательно по милости Божией исцелился».

Болезнь желудка

Желудок имеет весьма важное и великое значение в нашем теле. Эта наша внутренняя двигательно-живительная машина. Сломайся машина, и ходу ей нет: попортилось в ней что-либо, то и в этом случае нормального хода в ней уже нет, она собьется тотчас же с колеи своей. Тоже самое и желудок. Если он хорошо варит, то человек весел и здоров, но вот испортилось в нем что-нибудь, например, засорение, простуда или съестся что-нибудь ядовито-вредное, желудок опять-таки правильно не варит, и кровь в своих венах и в своем течении задерживается; человек страдает и худеет.

Вот такой случай был с одной особой, у которой совсем испортился желудок. Страдания ее были большие. В продолжение нескольких месяцев что не съест и не выпьет — все назад, и она питалась только одним тепленьким молоком и то в высшей степени и мере в ограниченном количестве, а именно: в день 5—6 ложек означенного молока. Все медицинские средства испробованы, ничто не помогало к исцелению ее.

Наконец приглашен был я. Осмотрев больную, я решился лечить ее водою.

Применения воды были следующие по порядку: тепловатые нижние обертывания, обмывания верхней части тела, короткие обертывания, полное обмывание, обливание колен (1/2 минуты), снова нижнее обертывание, верхнее обливание, стояние на коленях в воде (1/2 минуты) до области желудка, полное обмывание, верхний и нижний компрессы. В каждую половину дня больная должна была делать одно из этих применений в вышеуказанном порядке, и кроме того, еще раз — два в день ходить по мокрым камням. Теплыми обертываниями я хотел согреть, смягчить кожу, сделать ее более влажной; полные обмывания и все прочие применения должны были действовать на живот. Действительно, газы стали выделяться нормально, и транспирация, нормальная деятельность кожи восстановилась. С удалением газов возвратился к больной аппетит; крови и соков стало больше, и в короткое время — 5 недель — больная была совершенно здорова.

Одна молодая девушка уже много лет страдает желудком, а несколько месяцев — еще сильными спазмами в желудке. Ей приходится часто лежать в постели; и если даже она и может вставать, то с большим трудом и занимается хоть немного своим делом. Многие врачи говорили ей, что у нее только болезнь желудка. Бедная приняла немало капель, порошков и т. п.— большею частью все острые вещи.

Уже по нынешнему виду можно заметить, что она очень больна: лицо осунулось, бледно, тело — одни только кости да кожа. Живот у нее вздут и даже прикосновение надетого на нее платья причиняет ей боль. У нее часто бывает рвота; руки и ноги холодны, как лед. По моему мнению, которое и на этот раз оказалось совершенно верным, девушка простудила живот частыми внезапными переходами от тепла к холоду, от горячей печи в холодный погреб. Она не знала, что ей делать, когда почувствовала первые болезненные приступы. К тому же ей было решительно некому довериться, и она терпела эту болезнь, пока только возможно было; наконец, давление в животе сделалось так сильно, что стиснутый, сжатый желудок выбрасывал все, что только ни принимал в себя.

Кроме общих применений для возбуждения деятельности всего тела, нужны были еще и такие, которые бы растворили и выделили все собравшееся в животе, особенно же газы.

Для этого она пользовалась ежедневно одним из следующих применений: испанский плащ, компрессы с сенной трухой на живот ежедневно на 2 часа, короткое обертывание для растворения и выделения, верхний и нижний компрессы, холодные полные обмывания два раза ночью и снова окутывания в испанский плащ. И, кроме того, больная должна была ходить в день раза два по мокрым камням, а потом посредством тепловатых нижних обертываний я старался вызвать теплоту кожи, сделать ее более

влажною и мягкою. Потом посредством обмывания всего тела и других применений воды я старался действовать в особенности на живот. Это мне удалось; газы начали выделяться, транспирация и правильная деятельность кожи восстановились. По освобождении желудка возвратился и аппетит; количество крови и здоровых соков увеличилось, и в короткое время, всего через пять недель, больная была здорова.

Вот другой случай: больная в продолжение многих лет тоже страдала желудком, а в последние несколько месяцев сильными судорогами в желудке. Она очень часто должна была лежать в постели; если же в состоянии была встать, то лишь с большим усилием и трудом могла отчасти исполнять свои обязанности. Несколько врачей объявили, что она вполне здорова и страдает только желудком. Бедная больная принимала много лекарств в различных видах: в виде капель, порошков и т. п., часто даже сильно действующие средства.

Наружность ее указывала на сильные страдания: лицо осунувшееся и бледное, тело — одна кожа да кости. Живот, как дополнила она описание своей болезни, постоянно был сильно вздут, и даже прилегающее к телу платье причиняло ей боли. У нее часто бывала рвота, а руки и ноги были постоянно холодны.

Мое мнение относительно этой болезни было такое же, как и в предыдущем случае. Девушка сильно простудила живот вследствие слишком резких переходов от жары к холоду,— переходя прямо от горячей печи в ледяную воду, и не знала, как устранить те вредные последствия, которые она начала вскоре ощущать. Притом же еще у нее не было никого, кому она могла бы довериться, и она переносила недуг, который сначала казался ей незначительным, до тех пор пока она могла терпеть.

Но, наконец, страдание живота и давление его сделалось так невыносимо, что желудок перестал переваривать пищу. Тогда я решился прибегнуть к общим применениям воды, которые должны были возбудить деятельность всего организма, необходимо было прибавить особые применения для живота (не для желудка), чтобы растворить и удалить все накопившееся в нем, в особенности же газы. Применения, из которых больная употребляла ежедневно одно, совершались в следующем порядке: испанский плащ (общее для всего организма применение), припарки к животу из сенной трухи, обваренной кипятком (ежедневно на два часа), короткое обертывание (действующее растворяющим и выделяющим образом), верхние и нижние компрессы, холодное обмывание всего тела два раза каждую ночь прямо с постели; затем снова испанский плащ, и далее в таком же порядке повторялись все указанные применения.

Второстепенными применениями воды служили: хождение по мокрым камням или по мокрой траве, по временам обливание коленей. Спустя четыре недели достаточно было применять попеременно испанский плащ и короткое обертывание, делая через

день одно из этих применений. Кроме того, больная должна была, как я уже сказал, часто ходить босиком. Она совершенно выздоровела и до настоящего времени вполне здорова. «Я так здорова,— сказала она при недавней случайной встрече,— как еще никогда не была здорова во всю свою жизнь».

У одного больного была часто рвота, сначала кислотами из желудка, потом же всем, что он съедал и выпивал. Никакие средства не помогали. Доктор объявил, что у него затвердение желудка и сужение входа в желудок.

Выглядел пациент недурно, но лицо несколько старо и желтоватого цвета. Он говорил, что из желудка у него выходит много газов; живот так пучит, что он похож на барабан, и кроме того, он чувствует постоянно головные боли. И тут мы имеем отсутствие деятельности нижней области живота, слабость кишечника, что обусловливает неправильный стул, скопление газов, а отсюда уж давление на желудок и голову.

Больной должен был в продолжение 10 дней ежедневно класть на живот платок, смоченный в воде с уксусом, на 2 часа, ежедневно принимать теплую ножную ванну с золой и солью и каждую ночь обмывать себе спину холодной водой. Уже через 6 дней заметно было улучшение. Спустя 10 дней больной стал применять два раза в неделю короткое обертывание, один раз — испанский плащ и брал через день ножную ванну с золой и солью. В последние 2 недели он еженедельно принимал по 2 полуванны (до области желудка) и делал по 3 верхних и нижних обливания. В 6 недель больной был совершенно здоров.

Я мог бы привести бесчисленное множество таких случаев, но мне кажется, что и сказанного довольно. Я охотно подтверждаю и допускаю следующее: если не устранить такой болезни, если не уничтожить постоянного давления и сопутствующего ему воспаления желудка, тогда, конечно, могут образоваться опасные язвы желудка, из которых потом большею частью образуется рак желудка.

Даже и здесь могут быть ошибки и заблуждения. Я поясню это примером. У одного человека, как мне сказали, по определению специалистов, образовался рак желудка. Ко мне только обратились за советом, какие предохранительные меры принять в доме, чтобы никто из семьи не заразился этой ужасной болезнью. Я указал им, что нужно делать для этого, и кроме того, посоветовал и больному кое-что: через 4 недели больной совершенно выздоровел. Я назначил ему простые настои из тысячелистника, полыни и шалфея и короткие обертывания попеременно с ножными ваннами.

Один господин страдал приливами крови после еды, а также отрыжкой, особенно часа через 2 после еды, повторяющейся через 4—5 минут. Кроме того, у него был запор: кишечник ослаблен, и ноги сильно потели (тяжелый, противный запах). Это состояние продолжалось 5—6 лет. Он применял разные средства.

но все без последствий. Вид у него был болезненный, лицо бледно, круги под глазами синие, вообще он был малокровен, а поэтому в нем было мало природной теплоты, дурное пищеварение, благодаря чему организм и кровь плохо питались.

Здесь нужно сделать применениями воды следующее: 1) растворить испорченные вещества; 2) увеличить природную теплоту; 3) улучшить пищеварение, укрепить все органы для того, чтобы кровь и соки стали лучше и дали бы хороший ход всей машине. Такой организм похож на машину, которую усердно смазывали, да только плохим материалом, поэтому ее нужно прочистить повсюду.

Применение воды: 1) теплая ножная ванна для выделения испорченных веществ из ног приблизительно 3—4 раза, пока не прекратится потение ног; 2) полные обмывания для того, чтобы вызвать всеобщую транспирацию и в тоже время поднять природную теплоту; 3) верхнее и нижнее обливание.

Эти применения нужно продолжать в течение 8—10 дней ежедневно по 2 применения.

Дальнейшее лечение заключается в полном обмывании, верхнем и нижнем компрессе, стоянии на коленях в воде, обливании спины — все это в продолжение 10 дней. Также 3-ю часть лечения составляют полуванны и полные обмывания. В 3—4 недели такой больной может быть излечен. Для дальнейшего укрепления необходимо делать еженедельно два применения; для этого вполне достаточно полного обмывания или верхнего и нижнего обливания.

У одной женщины 64 лет было сильное жжение в желудке, отрыжка и рвота; кроме того, ее часто морозило, а иногда она сильно потела. С течением времени болезнь все усиливалась, несмотря на все употребляемые против нее средства. Лучше всего было бы здесь принимать ежедневно 20 капель полынной настойки в маленькой чашке теплой воды. Кроме того, делать ежедневно теплые нижние компрессы продолжительностью в час; далее — через день привязывать к животу на час платок, сложенный вдвое и смоченный в теплой воде. Через день следует еще принимать теплую ножную ванну с золой и солью в продолжении 14 минут.

Одна особа 40 лет жаловалась на частые боли в желудке, на боли в животе, отсутствие аппетита, кислую отрыжку и слабость. Ноги и руки были большей частью холодны. Применения воды были следующие: 1) каждое утро и вечер сильно вытирать себе грудь и живот смесью из воды и уксуса (пополам); 2) ежедневно съедать 6—8 можжевеловых ягод; 3) еженедельно 3 раза, вставая с постели, обмываться и, не вытершись, снова лечь в постель. В 2 недели больная была здорова, и для сохранения здоровья она должна была некоторое время раз в неделю обмываться.

«В продолжение долгого времени у меня сильные боли в же-

лудке. У меня сильно пучит живот, и я должна часто при сильных болях вырвать все, что съедаю. Ноги у меня большей частью болят, и в них еще чувствую я судорожные подергивания. Губы мои всегда белы; я исхудала совершенно. Я обращалась уже ко многим врачам, они мне своими средствами нисколько не помогли, а скорее ослабили».

Применение воды: 1) еженедельно 3 раза привязывать к животу отваренную сенную труху на один час; 2) через ночь, вставая с постели, обмываться и, не вытеревшись, снова лечь в постель; 3) каждое утро принимать 25 капель полынной настойки в воде, каждый вечер 25 капель настойки из шиповника.

Одна женщина рассказывает: «У меня всегда болит живот; его очень часто пучит; когда мне бывает очень плохо, я чувствую давление на желудок, что сопровождается кислой отрыжкой и часто рвотой. В голове чувствуется тяжесть, и очень часто бывает у меня сильное головокружение. Бывает время, когда я должна мочиться через каждые полчаса, но бывают дни, когда я с трудом выпускаю мочу один только раз. Три врача сказали мне, что у меня каттар желудка».

Эта больная была вылечена в течение 4 недель благодаря следууюющим применениям воды: в первую неделю она делала себе ежедневно 2 верхних обливания и обливания колен и выпивала ежедневно чашку настоя из можжевеловых ягод и полевого хвоща; во вторую неделю — ежедневно верхнее обливание колен, два раза обертывание от подмышек; в третью неделю — один раз испанский плащ, три раза сидячая ванна и один раз полуванна; в четвертую неделю — полуванна, три раза испанский плащ, один раз хождение по воде ежедневно — и больная была исцелена очень удачно.

БОЛЬ ПОЛОВИНЫ ГОЛОВЫ
(мигрень)

Мигренью страдают как мужчины, так и женщины.

Болезнь эта встречается у мужчин от умственных работ. Большёю частью болезнь эта является вследствие неправильного кровообращения. Чаще же она происходит от вредных влияний со стороны желудка, например, если собираются часто газы или неправильны отправления кишечника и т. д., все эти болезненные причины и производят влияние на голову, последствием чего появляются в разных местах ее боли. Также неправильно текущая кровь может сильно давить на какое-нибудь место.

Эту болезнь вылечить нетрудно, сперва следует достаточно обмыть живот холодною водою два или три раза в день в продолжение двух и трех дней. В воду не мешает прибавить немного уксуса и соли. Это средство очень помогает.

Продолженіе лѣчебной книги.

ВТОРАЯ ЧАСТЬ.

ЗНАМЕНИТЫЙ

ВРАЧЪ - ПАСТОРЪ (СВЯЩЕННИКЪ)

Севастьянъ Кнейппъ.

ЧУДЕСНОЕ

ВСѢМЪ ДОСТУПНОЕ и ЗАМѢЧАТЕЛЬНО ПРОСТОЕ

ВОДОЛѢЧЕНІЕ

Холодною или горячею обыкновенною простою водою,

СМОТРЯ ПО РОДУ БОЛѢЗНИ.

Переведена съ 49-го подлиннаго нѣмецкаго изданія

Я Богословскимъ.

Москва.

Аренд. Типо-Литографія Яковлевой, А. П. Поплавскій, Москва. Покровка д. № 4.

1897

НЕРВНОЕ СТРАДАНИЕ ВСЛЕДСТВИЕ СИЛЬНЫХ ПОТРЯСЕНИЙ И ВОЛНЕНИЙ ПРИ РАЗНЫХ СЛУЧАЯХ

Приехал один господин ко мне и рассказал свою болезнь. Она произошла у него вследствие сильных волнений и беспокойств и выразилась спервоначала у него усиленным сердцебиением и затруднением дыхания. Сердцебиение через месяца два прекратилось, но зато не замедлили появиться другие признаки страдания: боль в животе и груди и сжимание в ней (астма). При этом появились запоры и голос был затруднен для обыкновенной речи, с припадками удушья. Кроме того, он стал ощущать сильное головокружение и мучительную тяжесть, к тому же сделался неспособным к умственному труду. Прибегал к врачам, но ничто не помогло. А потому-то он впоследствии и обратился ко мне с просьбой, чтобы я его исцелил, говоря: «Только вы меня можете исцелить посредством вашей воды».

Оказалось: у него сильные приливы крови к голове и к груди.

Лечение мое началось прежде всего в таком порядке: Спервоначала непременно следует отвлечь кровь и притянуть ее от верхних частей тела к нижним конечностям.

Я назначил больному ножную паровую ванну от 10 до 15 мин., потом на следующий день головную паровую ванну тоже от 10 до 15 мин. и короткий поясной испанский плащ, т. е. холщевый халатик по бедры или холщевую рубаху из грубого холста, смоченные в холодной воде, предварительно тщательно выжатые, чтобы надевать на себя или обвивать плотнее больного.

Кроме того, посоветовал ему хождение по мокрым камням голыми ногами от 7-ми до 10-ти минут попеременно изо дня в день, т. е. то паровая ножная ванна, то головная паровая ванна (тоже от 10 до 15 минут), то, наконец, верхние и нижние обливания от 1 до 2 минут. В дополнение хождение голо-босыми ногами каждый день или через день, но уже в зимнее время и не свыше 5 и 7 градусов мороза от 20 до 25 минут, еще полезней — от 2 до 4 градусов мороза.

А в особенности полезно хождение по свежевыпавшему пухлому снегу.

При таковом лечении здоровье больного через месяц значительно улучшилось, а уже спустя полгода больной выздоровел совсем.

Вот был другой пример со вторым больным. Второй больной заболел буквально с таковыми же признаками, как и первый, той же нервной болезнью. Куда он не обращался, помощи себе долгое время не получал.

Когда же он обратился ко мне, вот мое лечение водою и его приемы.

Первые три недели были следующие. Первый день прямо с утра полуванна сидячая из холодной воды от 1 до 2 минут. К 5 часам пополудни верхнее обливание от 1 до 3 минут. На второй день до обеда хождение по камням от 10 до 15 минут.

На третий день после обеда обливание спины холодною водою и сидячая полуванна от 1 минуты до 2 минут тоже в холодной воде.

На четвертый день по утренней росе хождение босыми ногами по траве от 20 до 25 минут.

На пятый день обливание коленей холодной водою от 1 до 3 минут.

На шестой день полуванна из холодной воды от 1 до 3 минут и к вечеру ножная паровая ванна от 10 до 15 минут.

А зимой хождение через день по пухлому снегу босыми ногами, но не свыше 7 градусов мороза от 20 до 25 минут, но еще полезней от 2 до 4 градусов мороза.

А внутрь больной принимал ежедневно от 7 до 9 штук можжевеловых ягод по 2 штуки за раз. И больной окончательно исцелился.

Для более успешного хода лечения водою всегда следует применять те указания, которые действуют с пользою на весь организм.

Болезнь мочевого пузыря

Эта болезнь очень трудная. Вот один больной сообщает, что он уже около 15-ти лет страдает при мочеиспускании, а с наступлением весны болезнь его всегда усиливается, и он испускает мочу 15 и 20 раз каждую ночь с большим усилием. По исследованиям врачей у него оказалось много соляных каменисто-мягких слизей, к тому же он сильно страдает запором; кроме того полнейшее отсутствие аппетита и сна, его крайне ослабило. Я назначал ему каждую ночь полное холодное обмывание от 1 до 2 минут и немедленно холщевый испанский плащ ниже колен, смоченный в холодной воде и круто выжатый, каковым он тотчас же должен был обвиться и затем укрыться потеплее шерстяным одеялом до самого утра. А на другой день больной должен был надеть холщевую рубаху или холщевый недлинный халат по колено, смоченный в теплой слегка соленой воде. Рубаха или халат должны быть также слегка выжаты.

И у него в непродолжительном времени появился сон и аппетит, к тому же он пил каждый день по чашке настой из 20 толченых можжевеловых ягод.

Это продолжалось три недели, и болезнь мало-по-малу исчезла, он был здоров.

Расслабление и недержание мочи у молодых людей обоего пола

Трудной этой болезнью страдают большей частью молодые люди обоего пола, иногда же и взрослые.

Многие, к сожалению, употребляют такие средства, что если желают излечить несчастных детей, то излечивают розгами и насмешками, что, конечно, увеличивает зло. Мне рассказывали, что в одном заведении таких больных детей наказывали каждый день перед сном розгами, бедные дети вначале не засыпали от страха перед возможностью повторения, затем засыпали глубоким тяжелым сном, и — повторение припадка является очевидным. Причина болезни зависит от слабости организма, укрепите его — и болезнь пройдет

Я советовал таким больным детям 8—13 лет ходить ежедневно в воде по икры 3—5 минут, после этого бегать по комнате или на свежем воздухе 15 минут, чтобы опять восстановить теплоту организма. Через несколько дней больные были излечены.

Второе применение воды состояло в держании рук в воде (по 2 минуты) после ходьбы в ней; это тоже помогало, и придавало здоровый цвет лица детям, имевшим до тех пор совсем нездоровый вид.

Для взрослых этого средства также достаточно. Только, если вследствие слабости организма испортились вместе с кровью и соки, я советую пить каждый день по 1 чашке настоя тысячелистника (утром и вечером по 1/2 чашки).

Нужно прибавить, что чем вода холоднее, тем лучше. С теплой водой я достигал как раз противоположного.

Катарральная болезнь мочевого пузыря

Один господин рассказывает: «Я уже страдаю 3 года катаром мочевого пузыря, который я приобрел от слишком большого напряжения при служебных обязанностях, а особенно от продолжительного удерживания мочи в пузыре. Вначале я отправлял еще свою службу в течение 2-х месяцев, хотя с трудом и при сильных болях; но однажды за столом, я упал вдруг от слабости и боли. 4 месяца пролежал я в кровати и стал походить просто на скелет — во мне было всего 82 фунта весу, при этом я принимал сидячие ванны. К весне, после 4 месяцев, мне стало лучше. Летом я себя чувствовал сносно, хотя сильные боли возвращались по временам, и моча почти всегда была мутная. Зима опять осыпала меня страданиями, и лишь последующие весна и лето поставили меня на ноги. Но зимой 1887 года боли в пузыре с каждым днем усиливались, мочи выделялось все меньше, и она все мутнела, и я опять пролежал 3 недели. Силы мои все слабели

и истощались, так что я думал, что у меня что-нибудь вроде сухотки. Нижняя часть тела всегда была холодна — мне было холодно даже в натопленной комнате при 5 парах кальсон и 3 парах чулок; словом, мне было худо. Врач велел только тепло одеваться. По советам некоторых близких знакомых, я решился при первой возможности ехать в Верисгофен».

Пациент был очень изнурен и истощен, но не кашлял. Я подал ему надежду на выздоровление. Уже на 3-й день цвет лица стал свежее, боли с каждым днем уменьшались, моча выделялась обильнее и чище, и через 4 недели он сказал: «Ну, теперь я опять весел и здоров по-старому, это сделала вода».

Результаты были чрезвычайно успешны. Врач, лечивший этого господина специально от страданий пузыря, был поражен успешностью лечения, и признал пациента совершенно здоровым.

Применения были: паровые ванны (на ночном стуле) из отвара полевого хвоща; обливание верхних частей тела и хождение по воде перед обедом и после него; затем попеременно — сидячие ванны и верхнее обливание (тоже каждый день) и в продолжение всего лечения питье настоя из можжевеловых ягод и полевого хвоща.

Лихорадка

Пришел ко мне один господин и говорит: «Я с трудом взобрался на эту лестницу. Силы мои надломлены совершенно; я уже два раза падал от изнеможения. Кроме того, у меня страшная головная боль и озноб попеременно с сильным жаром. По временам я чувствую колотье, которое, как молния, пронизывает все мое тело. Замечаю я это уже некоторое время, но последние 5—6 дней состояние мое настолько плохо, что я уж не в силах работать».

Я этому господину сделал следующие способы применения: «Ложитесь сейчас же в постель, и когда совершенно согреетесь, обмойте вы себе все тело холодной водой и, не вытершись, ложитесь снова в постель. Такое обмывание нужно делать через каждые два часа; когда же вы сильно вспотеете, нужно переждать 1/2 часа, и затем снова обмываться».

На третий день этот господин приходит ко мне и говорит: «Мне уже гораздо лучше; несколько раз я очень сильно потел. Озноб и жар исчезли; головные боли прекратились. Аппетит снова поправляется. Чувствую я себя недурно, но все-таки утомленным». И этот господин продолжал делать обмывания в течение 2-х недель и совершенно выздоровел.

Лишаи

Многие тысячи людей страдают от лишаев. Эти весьма тягостные паразиты и вампиры любят забираться под волоса на

спине, на груди и т. д. Но они не боятся дневного света и, как пиявки, внедряются на руках, на ногах, особенно же между пальцами. Сыпь эта может быть наследственна, но может быть также и следствием дурной пищи или питья, разрушающих соки, и кроме того, следствием беспорядочного образа жизни.

Очень опасно применять против этого нечистого гостя едкие средства, посредством ли обмывания, или втирания (зеленое мыло и т. п.) или же внутренние средства (ртуть, мышьяк и т. п.). Лишаев можно этим вогнать внутрь, но такие лишаи, сидящие внутри кожи, гораздо опаснее наружных, не говоря уже о том вреде, который причиняется коже сильными, едкими средствами.

Правила для лечения следующие: для наружного употребления нужно пользоваться только тепловатой водой, чтобы смыть грязь. Все же остальное вредно. Пища и питье для таких больных должны быть удобоваримы, просты, но вместе с тем питательны, укрепляющие. По возможности нужно избегать кислого, соленого, пряностей и спиртных напитков. Острых веществ достаточно и так в крови. Собственно применение воды следующее: больной должен в первый день взять паровую головную ванну и надеть испанский плащ, то есть холщевый халат или длинную холщевую рубаху, во второй день — ножную паровую ванну и нижнее обертывание, на третий поутру — снова испанский плащ, а вечером — короткое обертывание. Четвертый день должен быть днем отдыха! Пятый день он должен оставаться в постели, и через каждые 2 часа делать холодные обливания всего тела. Если что-нибудь мешает оставаться в постели, то можно без этого делать обмывание всего тела холодной водой утром, днем и вечером, всякий раз после обмывания делая движения или же работая. Сила и число применений уменьшается в зависимости от уменьшения лишаев, т. е. от прекращения выпотения и выделения нечистых соков и от образования новой кожи.

Здесь я должен сделать одно замечание.

Разделение лишаев на мокрые и сухие не имеет никакого значения для лечения их. По моему мнению, и то, и другое выражение обозначает одно и то же. Сухими лишаями называются те, которые менее мокнут, так что жидкость на поверхности кожи высыхает и превращается в струп, мокрыми же называются сильно мокнущие, которые поэтому тягостнее, опаснее и с большим трудом излечиваются.

Последствия от вогнанных внутрь лишаев (вообще больных, ядовитых соков) очень серьезны. Тяжкие болезни — ближайшее последствие — вызывают медленное истощение и смерть, или, что еще хуже, сумасшествие.

У одного теолога было на левой щеке правильное круглое пятно. Пятно это представляло один сплошной струп, покрывавший голое мясо и открывавшийся часто на некоторое время для выделения нескольких капель гноя. Лицо у этого господина

было полное. На голове у него было несколько маленьких гнойных прыщей. Пациент этот обращался уже ко многим врачам, принимал много лекарств, но все без результатов.

На мой вопрос, не ранил ли он себя как-нибудь, он отвечал отрицательно. Это образовалось само собой. Теперь уж все было ясно. Бледный болезненный цвет лица, а еще больше громадное количество вытекающего гноя уничтожили последнее сомнение. Ядовитое вещество выходило из тела.

Лет 20—30 тому назад многие люди искусственно открывали у себя на руке или на ноге источник, настоящую клоаку (рану, которая не залечивалась), в которой организм выделял все негодное для него, все вредные соки: поэтому-то такое место постоянно гноилось. В данном случае сильная природа сама проложила себе путь, сделала отверстие для этого и прикрыла его подходящей крышкой.

Этому больному я велел принимать в течение 2-х недель через день головную паровую ванну и столько же раз паровую ножную ванну. Кроме того, он делал еще короткое обертывание и испанский плащ, то есть холщевый халат, так что в день приходилось делать 2—3 применения воды. Внутрь он принимал настой из шалфея, полыни и мяты, что способствовало скорейшему хорошему результату. Уже через короткое время образовалась под струпом нежная кожица, верный признак того, что выделение и растворение уже вполне кончились, т. е. что уже наступило выздоровление. Через 3 недели можно было с трудом отличить, на какой щеке был струп.

Приходит ко мне одна молодая лет 23 девушка, рассказывает: «У меня на всей голове большая сыпь, а под волосами много маленьких нарывов; на ушах у меня чешуя какая-то; если она иногда спадает, то оказывается, что на ушах нет кожи. Время от времени у меня сильная головная боль. Глаза — как в огне и очень часто из них течет мутная жидкость. Носом я уже давно не могу дышать. На теле у меня такой зуд и жар, что очень часто просыпаюсь ночью от этого».

Лечение: 1) в неделю две теплые ванны из отваренной овсяной соломы, с двойной переменой: сначала 15 минут в теплой ванне, а потом 1 минуту в холодной или же обмывание холодной водой; 2) еженедельно две головные паровые ванны от 20 до 25 минут; 3) два раза в неделю полное обмывание; 4) ежедневно два раза по 25 капель полынной настойки на 8—10 ложек воды.

В течение четырех недель лишаи и нездоровые вещества в организме были устранены отчасти и для дальнейшего выделения их и укрепления тела достаточно было делать те же применения воды вдвое реже.

Приходит ко мне один больной, довольно полный, рассказывает: «У меня на руках, исключая пальцы, вот уже два года большие лишаи, кроме того, на бедрах, местами на спине и груди,

от этого я ночью не могу спать. Вообще же аппетит и сила у меня хороши».

Лечение было следующее: 1) каждую ночь полное обмывание; 2) еженедельно две теплые ванны из отвара овсяной соломы, продолжительностью в полчаса, причем через каждые 12—15 минут, и в конце ванны — полное обмывание; 3) ежедневное обливание верхних частей тела и сейчас же за этим обливание колен.

Через 4 недели он пришел ко мне уже совершенно здоровым. Чтобы предотвратить на будущее время возвращение болезни, я посоветовал еженедельно 2 раза делать на ночь полные обмывания и раз в месяц принимать ванну по вышеуказанному способу. На это он заметил мне: «Если бы это даже не нужно было, я бы их все-таки продолжал, чтобы оставаться таким же бодрым и свежим, как теперь».

Сложные болезни малокровия

Ко мне пришла больная молодая девушка около 20 лет. Она была так слаба, что только с трудом могла пройти по дороге самое незначительное расстояние. Она жаловалась, что у нее часто бывает сильная невыносимая головная боль, ощущение холода, отсутствие аппетита.

У нее, очевидно, было сильное малокровие: силы ослабели, организм бездействовал, словно мельница без воды. Все же органы тела были вообще здоровы.

Применения воды были следующие:

1) ежедневно два верхних обливания и два обливания коленей; это продолжалось шесть дней. После этого: 2) ежедневно — одно верхнее обливание, одно обливание коленей и полуванна; при этом больная ежедневно ходила босиком. Эти применения воды продолжались 10 дней. 3) кроме того, в эти же десять дней делали ежедневно одно обливание спины, и она принимала одну полуванну.

Внутрь больная принимала по три раза в день полынный настой, каждый раз по две ложки, и ежедневно по 6—8 можжевеловых ягод. При этом она употребляла здоровую и простую пищу.

Эти применения воды оказали следующее действие: верхние обливания и обливания коленей укрепили весь организм; полынный настой способствовал хорошему пищеварению; можжевеловые ягоды укрепили желудок; полуванны еще более укрепили силы, а также увеличили природную теплоту.

Через шесть недель девушка эта имела вполне цветущий вид и была совсем здорова. Хотя в начале лечения, в продолжение первых четырех дней, она чрезвычайно ослабела, однако слабость эта вскоре прошла. Головная боль часто возвращалась,

но постепенно становилась все слабее и каждый раз была непродолжительна. Особенно часто бывал у этой девушки запор, для устранения которого она принимала только каждый час по 1 ложке воды.

Вот еще случай, тоже молодая девушка рассказала следующее: «Около года тому назад у меня однажды было сильнейшее кровотечение из носа: думали даже, что я умру. Хотя после этого у меня по временам еще шла кровь из носа, но уже понемногу. Обыкновенно у меня перед кровотечением появляется сильная головная боль. Прежде я была совсем здорова, теперь же я несчастна, болезненная, бессильная, легко зябну и не имею аппетита; и часто очень сильно раздражаюсь».

У этой девушки вследствие потери крови образовалось малокровие; хотя потерянная кровь вскоре заменялась новою, но эта кровь была слаба и жидка, отчего телу недоставало необходимого питания и, следовательно, полной силы. Вот было ей мое лечение. На первое время применения воды были следующие:

1) ежедневно больной делали 2 обливания коленей или же одно обливание бедер, и полчаса в день она ходила босиком по утренней холодной росе;

2) через день — верхнее обливание;

3) еженедельно она принимала 2 полуванны, утром и вечером от 3—4 минут;

4) ежедневно, между завтраком и обедом, она принимала каждый час по ложке молока, а от обеда до вечера — 5 ложек полынного настоя. При этом она пользовалась простою питательною пищею.

И эти применения воды, продолжавшиеся три недели, оказали прекрасное действие. Ведя дальнейшее лечение, она принимала еженедельно для укрепления организма еще три недели утром и вечером холодные ванны в продолжение от 3—4 минут и исцелилась совершенно.

Мозольные болезни

Конечно, эти болезни появляются на ногах, на подошве, пятке и пальцах. Они оказываются от застоя крови, как и в других частях тела; такие застои называются мозолями — подагрическими наростами. Если такие наросты чем-нибудь постоянно нажимаются, например, сапогами (что обыкновенно и случается), то они делаются тверже и болят сильнее. Мозоли обыкновенно срезывают, при чем легко может произойти заражение крови. Самое верное и безвредное средство для уничтожения мозолей — надевать на 2—4 часа нитяные носки, намоченные в теплом отваре из сенной трухи, и сверху обертывать ноги шерстяным одеялом. После этого так называемая роговая кожица обыкновенно начинает отделяться слоями, так что ее легко снять, и мозоль исчезает. Чтобы предотвратить подобные затвердения,

нужно соблюдать полнейшую опрятность ног: очень важно почаще их мыть, чтобы хорошо выделялись испарения и чтобы не образовалось наслоений. Не менее важно также носить свободную, не тесную обувь. Полезнее всего в данном случае применять обыкновенные средства для закаления ног: ходить по мокрым камням, по мокрой траве и в воде.

Лихорадочные болезни, тиф и лихорадка

При этих болезнях чрезвычайно полезно и даже необходимо принимаются следующие способы и меры в отношении больных, как например, обливание холодною водою или погружение всем телом в воду перед параксизмом (приступ), а в особенности с пользою употребляемые для простого народа. Действие холодной воды в этом случае есть возбуждающее и уравновешивающее противодействие нервной системы на все прочие подлежащие ей системы и органы. Но всегда при этом нужно иметь ту осторожность, чтобы после того тело не было на поверхности сыро и не охладело. Во избежание этого тотчас после обливания водою или погружения в воду должно все тело обтереть полотенцем насухо, или же, не обтираясь, непременно нужно надеть поскорей вторую холщевую рубаху, потом одевшись, походить и затем напиться чаю из липовых цветов, ромашки, бузины, шалфея, мяты и т. п.

У одного больного был сильный жар; общее состояние — весьма тяжелое. Он поспешно велел поставить возле кровати ушат с водой. Всякий раз, как только жар и удушливость возрастали, больной погружался в воду не более чем на одну минуту. Он садился в ушат так, что вода доходила до области желудка, быстро обмывал грубым полотенцем верхнюю часть тела, поспешно, не вытираясь, надевал свежую рубаху и опять ложился в теплую постель. Так поступал больной в течение трех дней, делая такое обмывание 3—5—6 раз в день. Часов ему для этого не нужно было. Степень жара указывала ему время для обмывания: в первый день жар требовал шести погружений в воду, во второй — трех, наконец,— только одного. Через пять дней вся опасность миновала.

Затем тиф появился и у жены выздоравливающего. Она лечилась таким же образом, как и ее муж. Через несколько дней и она была здорова.

Напитком для обоих больных служила вода, а также сыворотка. Они ничего не ели до тех пор, пока аппетит не появился сам собою. Тогда они начали употреблять в пищу хлебную похлебку, молочный суп и похлебку из поджаренной муки; одна-две картофелины тоже не оказывались для них вредными. Через несколько дней они перешли к обыкновенной пище.

Макс, настоящий великан, навестил своего шурина, забо

левшего тифом: он думал, что эта болезнь к нему не пристанет. Однако через восемь дней гигантская сила была надломлена, и геройское мужество разразилось жалобными стонами: «Я не могу более ни ходить, ни стоять; меня что-то давит, все мое тело ноет, болит». Это было начало тифа.

Ванны у Макса не было, но была довольно большая деревянная кадка. В эту-то кадку он становился на колени и при помощи грубого полотенца обмывал все тело самою холодною водой (приблизительно в продолжение одной минуты).

При этом он всегда делал так, когда жар достигал высокой температуры. Таковое лечение у него продолжалось дней 6, спустя же 2—3—4 дня он стал принимать охотно пищу, приготовленную из легкого перлового супа и быстро стал поправляться. Через 2 недели он был совершенно исцелен от опасного тифа и к тому же он своим опытом доказал и другим лицам, а потом впоследствии он помогал всем болящим, близким ему лицам, и подавал советы и наставления, как нужно исцеляться от опасного тифа, а также сам своим же примером быстро многих исцелял.

Многих пугает, особенно мнительных, лечение холодной водою; очень естественно, что слабые натуры и бесхарактерные не могут решиться лечить себя холодной водою. А между прочим, в ней-то и находится вся здорово-живительная сила, но чтобы не оттолкнуть эту чистую простую воду, в которой зиждется вся жизнь наша, потому-то я и советую применять в некоторых случаях и тепловатую воду, хотя целительность ее несколько меньше, а самую же холоднейшую воду я признаю для поправления разбитого здоровья самою пользительнейшею.

Кроме того, я должен заметить: из колодца ли она берется, если только колодезь не засорен грязью или мусором, берется ли речная, свежая, проточная вода, она все же очень полезна, а что же касается ключевой, то об этой воде нечего даже и говорить — она в высшей степени полезна каждому, не исключая малого и старого, больного и здорового.

Одни мне знакомые родители взяли из института к себе домой заболевшую свою дочку. Она сильно жаловалась на головную боль и беспрерывные переходы от озноба к жару, к тому же у нее расстроился желудок, так что она совсем слегла в постель. Я приказал на 1-й же день больную облить водою, а на грудь, живот и на спину прикладывать мокрые полотенца примерно часа на полтора или два.

На 2-й день я велел больной принять полуванну и затем обмыть холодною водою верхние части тела. На следующие сутки жар порядочно уменьшился, а на 3-и сутки больной была дана вновь полуванна около 20 минут. На 4-е сутки опять повторена полуванна и у родителей любимое дитя находилось уже вне опасности.

Спустя еще три дня девочка вполне выздоровела. В моей практике было очень много случаев к исцелению тифа, посредством простой воды. Еще я советую 3 или 4 раза в день пить по маленькой чашке полынного настоя, вследствие чего очищается кровь и питается чистыми соками желудок, устраняется засорение его.

Кроме того, нужно усиленно обмывать больному спину, грудь и живот холодною водою с применением малого количества уксуса 3 или 4 раза в день. Вот были в моей практике примеры: в одной большой семье заразились четверо детей, и когда мною были приняты меры, т. е. лечение теми средствами, которые я указываю, более взрослые другие дети не были заражены.

Ведь заражения большей частью происходят от испарений, исходящих от больных, а потому еще раз повторяю: при лечении водою мокрый холст впитывает эти испарения больных и таким образом еще в самом начале уничтожает заражающие испарения в телах больных. Нужно поддерживать постоянно приток свежего воздуха, а потому само собою разумеется, что заражение через дыхание не может быть особенно опасным.

Конечно, испражнения тифозных больных как можно поскорей должно удалять, т. е. немедленно выбрасывать в самом начале в особые места. У кого имеется в доме карболовая жидкость, то тотчас же еще в судне обливать эти испражнения и немедленно выбрасывать, как уже я сказал, как можно подальше в особые места, чтобы не заразить здоровых.

Холера

Страшный холерный бич поражает людей в жаркое время и в особенности рабочий простой класс.

Первые признаки холеры обнаруживаются рвотою, поносом, охлаждением членов и судорогами в конечностях и появляются в разные времена года, но, я уже сказал, особенно летом.

Признаки: неприятное ощущение под ложечкою и перебирание в животе, нередко, воздушная отрыжка, извержение ветров низом, иногда вдруг рвота и потом тотчас или спустя несколько времени понос. Такие извержения верхом и низом нередко возвращаются чрез каждую 1/4 часа и даже чаще, а иногда чрез полчаса и реже. Извергаемое как рвотою, так и поносом прежде обыкновенно состоит из пищевых и питьевых веществ, потом извергается материя желчная, а чаще мокротная, слизистая, кислая, нередко сходная с недоваренным беловатым мясным бульоном. С появлением этих извержений появляются обыкновенно корчи в конечностях, особенно в нижних, притом руки и ноги, а вместе и вся поверхность тела чрезвычайно холодеют и в то же время покрываются водянистым холодным потом. Лицо бледное, осунувшееся, глаза помутившиеся.

К тому же — какой страх наводит на всех эта холера! Этот страшный бич появляется во всех странах, поглощает бесчисленное множество жертв. Чтобы обезопасить себя от наводнений, устраивают плотины, направляют сообразно необходимости течение реки в ту или другую сторону. Во время лесного пожара копают рвы, чтобы преградить путь опустошительной стихии. Такой плотиной и таким рвом против холеры, этого страшнейшего врага человеческой жизни, можно считать воду. Она спасает от опасности и окружает того, кто правильно ее применяет, плотиной или рвом.

При холере должно иметь в виду следующее главное правило: у кого быстро будет вызвана испарина, тот спасен; кто не вспотеет, а напротив холодеет сильно, тот погиб.

Однажды меня позвали к одной бедной служанке. Уже раз 20 у нее была рвота, до 20 раз ее слабило. Врач жил в двухчасовом расстоянии. Служанка желала, чтобы я напутствовал ее перед смертью, потому что, по ее словам, она очень хорошо чувствовала, что умрет от этой страшной болезни. Руки и ноги у нее были холодны, как лед, лицо — бледное, осунувшееся; и все признаки смерти были налицо: гибель, по-видимому, была неизбежная.

Первым долгом я попробовал вызвать у больной пот, что, по-моему, могло ясно показывать все — жизнь или смерть. А посему я потребовал две большие грубые простыни и велел намочить их в горячей воде, сложить в несколько раз, выжать и наложить этот почти горячий толстый компресс на грудь и живот, но раньше, прежде чем наложить этот компресс, я велел под него наложить на голое тело кусок холста, смоченный в горячем уксусе. После горячего компресса укутали больную в тулуп или другую одежду, которая потеплее. Иные накладывают на больных даже и перину, чтобы им было как можно теплее. Это для того делается, чтобы как можно быстрее проникла теплота в зараженное холерою больной тело, и через четверть часа все тело больной было уже довольно тепло. А спустя еще пять минут на лице и на теле выступил каплями обильный теплый пот и испарина.

После этого приема у больной стали прекращаться корчи и рвота. Если же корчи и рвота не прекращаются по истечении минут от 30 до 40, то нужно повторить этот прием немедленно тем же способом. И при втором приеме корчи и рвота в самое короткое время прекратились, и больной дано было выпить большую чашку горячего молока с укропом. Укроп должен быть Волжский и чтобы был молотый — на большую чашку одну столовую ложку. Молоко с укропом перемешать вместе и кипятить 3 или 4 минуты в чайнике, кастрюльке или чистой махотке. И больная быстро оправилась и окончательно была спасена.

Вот и второй такой же случай тоже с одним холерным боль-

ным. Больному ежедневно следует подкладывать под спину намоченный в теплой воде нижний компресс на час или на час с четвертью, а также накладывать и верхние компрессы от часу и до часу с четвертью, сложенные из холста, как и говорю, накладывать на грудь и живот каждый день, пока не исцелится. Приемы те же, как и в первом случае, и через шесть, семь дней больной встал на ноги, он был уже здоров.

Необходимо заметить следующее: если появятся признаки холеры и симптомы ее, т. е. сильный понос, рвота и корчи, тогда немедленно следует уложить больного как можно поскорее в постель, потом немедленно дать стакана два или три настоя теплой сушеной малины, чтобы вызвать испарину.

Если же и при втором компрессе понос, корчи и рвота не прерываются, то нужно продолжать и в третий раз, т. е. подложить теплый компресс под спину из холста, намоченного в теплой воде и слегка выжатого. Из этого же предмета положить компресс на грудь и на живот тоже теплый. Но при третьем разе лежать следует этим компрессам уже не более три четверти часа. Обложить этими теплыми компрессами и холодные ноги. Это потому так делается, чтобы вызвать во чтобы-то ни стало теплоту и испарину, и больной будет непременно спасен.

Должно соблюдать осторожность в питье и еде, пока не наступит полное выздоровление. Из всех простых, обыкновенных блюд следует выбирать самые легкие. Из напитков я советую лучше всего употреблять теплое молоко, которое служит не только для питания, но и для лечения. Если в какой-нибудь местности свирепствует холера, то надейтесь на Бога и не теряйте мужества! Для предосторожности обмывайте хорошо утром и вечером грудь и живот; пережевывайте ежедневно по 10—12 можжевеловых ягод, а если у вас нет, то купите себе перцовых пряников. За 20 копеек вы получите их очень много. Ешьте два раза в день по 5 таких перцовых пряников, которые согревают желудок, способствуют пищеварению и выделению газов. При вышеуказанных мерах больной может быть и даже должен быть непременно спасен.

Болезни чахотки

Эта гибельная болезнь разрушает и отравляет человеческую жизнь безвозвратно и смертельно, она подтачивает здоровье человека, постепенно и незаметно, крадучись, как змея.

Первоначальные признаки ее бывают: постепенное гниение всего организма, и поражаются ближе всего в груди, почки, легкие, кишки, горло в дыхательной гортани и самое сердце.

С человеком, который заболел чахоткой, происходит тоже самое, что и с деревом. Дерево начинает сохнуть, листья его начинают несвоевременно желтеть и гибнуть, питающие его сок

не дают уже ему более силы питания, вследствие чего оно сохнет и погибает.

Точно также и чахоточный больной человек: что такое кровь — это жизненный сок. Если этот сок будет иссякать, тогда больной будет постоянно хиреть и угасать, как восковая свеча, кровь уже не течет в его жилах правильным путем, она слабеет все более и более, и человек чахнет. Потом жизнь в человеке угасает, преждевременно утратив способность жить вследствие растраты кровеносных соков по причине своей же неосторожной и неправильной жизни. Если чахотка укоренилась и уже разрушила в теле какой-нибудь орган, тогда человек погиб. Если же чахотка только начинает развиваться, то именно водой она очень легко может быть излечена.

Печальнее всего то, что у таких больных первые признаки чахотки, по-видимому, совсем незначительны. Больной только слегка покашливает, что не причиняет ему никакой боли. Часто у него даже совсем не выделяется мокрот или же, если мокроты и выделяются, то в очень незначительном количестве. Если от времени до времени кашель усиливается, то больной успокаивает себя тем, что это не что иное, как легкий катарр, что он был у него уже не раз и скоро опять пройдет. Даже тогда, когда тело совершенно истощается, и чахоточный больной чувствует постепенно упадок сил, он все еще находит оправдание своей болезни: «Катарр на этот раз продолжительнее, но я ведь все же могу исполнять свои обязанности».

Организм такого больного в этом периоде болезни обыкновенно уже пострадал более, чем он сам думает: образование крови уменьшилось, количество соков убавилось, болезнь все более и более распространяется. Если такой больной ищет помощи, то это, наверно, уже поздно: все, что он делает и предпринимает, только сокращает жизнь. Я говорю все это для предостережения, чтобы не запускали таких болезней, которые так распространены во всем мире под именем «катарров».

В тех случаях, когда чахотка уже развилась и достигла высшей степени, я и не пытаюсь лечить ее водой (это я тотчас же объявляю каждому больному), потому что организм тогда уже не может более бороться с холодной водой. Это было бы также безрассудно, как например, попытка слабого человека одолеть более сильного. Развившуюся уже чахотку узнают по следующим признакам: больной довольно часто кашляет, и у него вместе с кашлем выделяется очень много мокроты; кроме того, больной тяжело дышет, у него плохой аппетит и т. п. Пока мокроты плавают еще по воде сверху (должно сделать опыт), не следует терять надежды. Если же мокроты идут ко дну, тогда большею частью конец всему, конец всякой надежде на спасение. Тогда больной должен покориться воле Божией и спокойно готовиться к последнему часу.

Однако, я утверждаю и мог бы привести в доказательство целый ряд примеров, что при лечении чахотки в самом начале ее развития вода оказывается первым и самым верным средством к излечению. Она освежает и оживляет ослабевшее тело, действует, как масло, которым смазывают колеса машины; она вызывает более усиленное кровообращение и, таким образом, возбуждает в ослабевшем, бездеятельном организме новую жизнь. Однако должно хорошо заметить следующее: в подобных случаях никогда не следует употреблять применений воды, которые оказывают слишком сильное разрешающее и выделяющее действие. Прежде всего должно стараться укрепить организм, чтобы он, запасшись свежими силами, сам удалил испорченные соки. Осторожность требует, чтобы природная теплота не ослабевала, не исчерпывалась и не истощалась. Поступать иначе — значило бы содействовать развитию болезни. Здесь уместны только самые непродолжительные применения воды; они должны, как уже сказано, возбуждать к жизненной деятельности, укреплять и оживлять. Я не решился бы назначить несколько полных применений, действующих на все тело, если бы заметил признаки уже развившейся чахотки.

Если болезнь кроется в верхней части тела, тогда самым лучшим применением служит верхнее обливание в соединении с обливанием коленей (последнее не более 1/2 минуты). В благоприятное время года ни одно применение воды не может действовать лучше хождения босиком по мокрой траве; последнее лучше всего укрепляет организм. Никогда не следует опасаться, что этим можно каким-нибудь образом повредить себе. Также полезно и хождение босиком по мокрым камням: оно отвлекает кровь вниз, способствует скорейшему кровообращению и, следовательно, кровообразованию.

Скажу здесь еще несколько слов о пище, которую должны употреблять такие больные. Они чаще других против воли слышат всегда одно и тоже: «Нужно только хорошо есть и хорошо пить». Самая простая пища — самая лучшая. Не следует употреблять в пищу ничего горячительного, ничего пряного, ничего кислого. Я советую чахоточным употреблять такую пищу, которую даже желудок ребенка легко может переварить, и от которой дети толстеют и растут.

Я сделал одно замечательное наблюдение, которым я не могу не поделиться с читателем. Если больной очень любил соленое, посыпал солью хлеб, обмакивал в соль мясо и с жадностью бросался на все кислое и пряное, то это именно служило для меня самым верным и постоянным признаком существования чахотки. Самая полезная и питательная пища в таком случае — молоко, которое должно предпочитать всему другому, но ни в каком случае не одно чистое молоко, которое вскоре могло бы приесться. Укрепляющие похлебки также очень полезны, но опять-таки

следует давать больному попеременно с молоком, даже если бы ему особенно понравилось что-нибудь одно. Не следует оставлять без внимания и простых мучных блюд, приготовленных без всяких затей. Самым естественным напитком всегда должно считать воду, к которой можно прибавлять немного вина. Также полезно сладкое и кислое молоко, а против пива и вина я большой враг.

Здесь я должен сделать еще одно замечание. При более значительной и самой высокой степени развития этой болезни появляется сильное лихорадочное состояние, сопровождающееся обильным выделением пота и следующим за ним ознобом. Против этого нет никакого средства, которое действовало бы успешно. Больному, впрочем, доставляется облегчение, если после такой обильной испарины хорошо обмывать ему спину, грудь и живот холодной водой. Вот пример одного чахоточного, как он сам о себе говорит. Я хотел бы воскликнуть ко всем людям: учитесь познавать и ценить воду и ее лечебные свойства — и вы избегнете многих страданий во время своего жизненного пути и, счастливые и довольные, исполните свою жизненную задачу.

Ты, дорогой читатель, верно желаешь узнать, какие применения воды я употреблял в этом случае. Как пастушок часто бывает под дождем, а иногда переносит и ливень за ливнем и этим закаляет свой организм, так и верхняя часть моего тела подвергалась ежедневно двум верхним обливаниям, и весь организм укреплялся. Сначала водяная струя падала только в продолжение 1/2 минуты, а спустя некоторое время — одну минуту. Я должен был ежедневно ходить по мокрой траве и по мокрым камням. Многие руководствуются общим предрассудком, также думал и я, что наживу себе этим всевозможные болезни. Очень скоро в этом я разубедился окончательно и стал помаленьку исцеляться. Вот наступила зима. Выпал снег. Я часто стал ходить в продолжение 15 минут по свежевыпавшему снегу. Некоторым это может показаться странным. И я в первый раз содрогался от ужаса, когда снимал башмаки и чулки. Отважившись раз, я уже не остановился на половине и вскоре убедился в благотворном действии таких прогулок, чего я никогда не ожидал. По желанию я мог почаще повторять это и смею уверить каждого, боящегося воды, что никогда в жизни не испытывал такой теплоты в теле, как после этих прогулок по снегу. Ноги горят две или три минуты, а много 5, после этого вас охватывает теплота. В несколько дней я достиг того, что гулял по снегу не только по десяти минут, но даже по четверти часа, а потом и по 30 минут. Эта именно ходьба по снегу особенно способствовала увеличению сил и восстановлению моего здоровья. О простуде не было и помину. Если бы что-нибудь подобное посоветовали мне раньше, то я счел бы это абсурдом, даже сумасбродством, которое может вести только к разрушению здоровья. Я делал это в продолжение двух недель. После этого хождение босиком пре-

кратилось, и применялись только усиленные верхние и нижние обливания (одно-два в день). Недели через три организм был уже достаточно укреплен и здоровье мое укрепилось окончательно.

ЛОМОТА КОСТЕЙ

(Подагра)

Спервоначала я должен сказать о том, что такое подагра

Эта мучительная болезнь очень невыносима и ужасна в своих страданиях.

Всякий, кто осенью бывает на поле, может видеть, как крестьяне унаваживают его, разбрасывая повсюду навоз. В последнее время они делают это таким образом, что у порядочного хозяина поднялась бы вся желчь при виде этого, взволновалась бы кровь. Они распределяют эту пищу для голодной почвы неравномерно, как прежде, и с необычной небрежностью бросают в одном месте вдвое, втрое больше, чем в другом, а некоторые места остаются совсем не покрытыми навозом.

Эта работа их напоминает работу кротов. Весной благодаря этому образуются гнилые болота; на хорошо удобренных местах будет прекрасная растительность, а рядом с этим будет голое место. Эта картина, по моему мнению, вполне подходит к описанию подагры (ломоты в суставах).

Пища для человека тоже самое, что для поля и луга навоз. Не существует ли в этом отношении во всех сословиях неравномерность? Один ежедневно, даже ежечасно имеет всего в изобилии; другой из года в год питается самой скудной пищей. Если кто-либо ежедневно, каждый час доставляет слишком много пищи своему телу, так много, что организм не в состоянии с ней справиться, органы не могут переработать и усвоить ее, то какие будут последствия этого? Кости, например, нуждаются в сере и извести. Но слишком питательная пища вводит этих веществ столько, что их хватило бы на 2—3 таких организма. Что же должно быть при этом? Тогда в одном месте образуется трясина (сгущенная кровь), в другом — болото (дурные соки), вокруг костей собирается много песку, извести, камней. Суставы

распухают, воспаляются и больной испытывает ужаснейшие продолжительные мучения, пока эти закостенелые, пораженные подагрой узлы благодаря боли как бы постепенно перегорают и уничтожаются. И несмотря на то, что страдания очень сильны, подагрики редко встречают сочувствие. Это не совсем по-христиански, но иногда вполне понятно. Люди говорят: «Он наслаждался жизнью через меру; последствия этого — болезнь». А между тем подагра поражает и бедных и даже беднейших людей.

Раз пришел ко мне один бедный, чрезвычайно трудолюбивый слуга; у него была подагра в сильнейшей степени. Причиной болезни у него было то, что он из служебного усердия совершенно пренебрегал уходом за своим телом. Дырявый раздувальный мех выгоняет воздух не в трубы горна, но через дыры. Ослабленные, полубольные органы часто работают для опухоли. Другими причинами могут быть: слишком большое напряжение, простуда и т. д. Подагра в сильной степени мучит многих людей, в слабой же степени — бесчисленное множество людей. У одних она является на пальцах, у других на голове, у многих снаружи, у некоторых — внутри тела.

Простых, не очень еще ослабленных людей, точно исполняющих все предписания, я лечу очень охотно и легко. Относительно подагриков более высших классов я никогда не ошибаюсь. Они мне в тягость, и их большей частью нельзя лечить водой, потому что они не исполняют предписаний, потому что находятся под двойным игом изнеможденности и боязни к воде, хотя их можно было бы также лечить, как и других больных.

Один знатный господин страдал уже 4 недели сильными болями в ногах. Знакомые шутя назвали его будущим членом общества подагриков. На этот раз его исцелило потение. Но через год страдание возвратилось и заставило его пролежать в постели 12 недель. Он опять сильно потел, но на этот раз этого уж было недостаточно. Он спросил у меня совета и обещал исполнять все в точности, лишь бы только эта ужасная болезнь не возвращалась к нему более.

Главное лечение было окончено в несколько недель. Подобно тому, как негашеная известь под влиянием воды разбухает и рассыпается, так точно рассыпались подагрические узлы под влиянием различных применений воды.

После этого пациент применял то или другое время от времени, и насколько мне известно, болезнь не возвращалась к нему в последние годы.

Самые применения благосклонный читатель найдет в следующем примере.

Один священник известил меня, что ноги у него горят, как огонь, что он просто в отчаянии и не знает, что ему делать. Я посоветовал наложить на кусочек полотна вываренную и хорошо выжатую сенную труху, положить это на больные ноги и привя-

зать этот компресс. Через 2 часа он должен снова смочить этот компресс в отваре из сенной трухи и наложить его по-прежнему. Во второй раз компресс может быть тепловатым или же холодным; это все равно. Больной священник делал это в последующие дни. Уже в первый день к вечеру боли значительно уменьшились, а через два-три дня больной уж не чувствовал их совсем.

Если нет у больного сенной трухи, то можно вместо ее воспользоваться для ножного компресса отваром овсяной соломы. Это тоже прекрасно помогает при подагре. Заметьте, что при этой болезни я пользуюсь преимущественно согревающими или, вернее, растворяющими средствами.

Я должен предостеречь здесь от ошибки. Как только больной перестает чувствовать боль в ногах, он думает, конечно, что теперь уж он выздоровел совершенно. Было бы большой ошибкой оставить после этого лечиться. Вместо ножных компрессов нужно делать некоторые применения воды для всего тела, чтобы по возможности удалить из тела все болезненные вещества.

Лучше всего в первые три недели применять еженедельно два, три раза испанский плащ (каждый раз полтора — два часа), в следующий месяц — брать теплые ванны с отваром из сенной трухи или овсяной соломы с тройной переменой.

Один поденщик заболел сильной подагрой. Он три раза в неделю одевал мешок, смоченный в горячем отваре овсяной соломы; кроме того он принимал еженедельно 2 ванны с сосновыми ветками в 33—35 градусов с тройной переменой. Через день он обмывал себя ночью, вставая с постели, холодной водой. 3 недели спустя он был здоров; но все-таки некоторое время он еще пользовался мешком (2 раза в неделю) и вышеописанной теплой ванной и скоро с новыми силами мог снова взяться за работу.

Один землекоп показал мне подагрические узлы на пальцах рук и ног, которые, как он говорил, по временам ужасно горели. Это подагра от сырости.

В короткое время он излечился от этой болезни, принимая через день вышеописанную теплую ванну, а также в каждый 3-й или 4-й день одевал мешок. Руки он обкладывал на ночь компрессом из отваренной сенной трухи.

Один бедняк заболел сильной ломотой в членах. Происходит ли это от подагры или какой-нибудь другой болезни, он не знал; он испытывал ужаснейшие мучения, делавшие его неспособным к труду.

Было как раз время сенокоса. Я посоветовал ему сделать в стоге сена, в это время сушившегося, нечто вроде ямы, зарыться в ней и обложить себя горячим сеном так, чтобы видна была только голова. Он сделал это, и в четверть часа так сильно вспотел, что тело его было все, как в воде. 6 раз в продолжение 10 дней повторял это крестьянин и после этого совершенно выздоровел.

Однако я не всякому стану советовать это. Только сам на себе испытавший это знает всю силу такой сенной паровой ванны. Даже застарелые, укоренившиеся уже болезни могут быть излечены такой безвредной ванной. На основании своей опытности я должен сказать, что только тот с пользой может принимать эту паровую ванну, кто сейчас же после нее принимает холодную полуванну с обмыванием верхней части тела. Последнее очень укрепляет.

Это не так глупо и безрассудно, как, пожалуй, иному покажется. Это доказал пример двух знатных пациентов, кроме, впрочем, еще многих других. Два знатных господина настолько излечились этими паровыми сенными ваннами (числом их было 15), что им казалось непонятным, как таким простым средством, таким простым способом можно как бы пересоздать организм.

Я уверен, что более слабый ревматизм, судороги — обыкновенные последствия или остатки тяжелых болезней — легко могут быть устранены 2—4 такими сенными паровыми ваннами.

Видишь, поселянин, и вы господа, какими сокровищами ты обладаешь! Испытай же их хоть раз! Летом во время сенокоса, когда ты сильно устанешь, брось пригоршню сена или сенной трухи в горячую воду и дай ей немного остыть. Такая ножная паровая ванна, продолжительностью в 15 минут, вытянет из твоих членов усталость.

Если ты чувствуешь когда либо такую ломоту или жжение, будь благоразумен! Ты ежедневно кормишь своих четвероногих целебными травами. Воспользуйся же их целебной силой и для собственного тела!

Один хозяин рассказывает: «У меня часто бывают такие сильные боли в голове, особенно когда погода меняется, что я решительно не в состоянии заниматься своим делом. Боли бывают еще и в спине, а особенно в верхних частях бедер; когда же они распространяются на ноги, я ходить не могу. Выпиваю я стакан пива, у меня начинает сейчас же болеть голова. Это продолжается у меня несколько месяцев; я не могу заняться никакой работой; жизнь мне просто не мила».

Лечение было следующее: 1) еженедельно 2 теплые ванны из отвара овсяной соломы, в 30 градусов, продолжительность — полчаса; после нее — сильное обливание или же продолжительная холодная ванна; 2) ежедневно верхнее обливание с обливанием колен; 3) еженедельно три раза полное обмывание, по возможности быстрее, во время потения или же ночью в постели; 4) ежедневно утром и вечером чашка настоя из 5—6 свежих листьев бузины, мелко изрезанных, 5 минут кипяченых.

В течение 4 недель этот пациент совершенно выздоровел, так что даже знакомые говорили ему, что он помолодел.

Чтобы эта болезнь не возвратилась снова, он должен был

принимать такую ванну раз в месяц и еженедельно 1—2 раза обмыть все тело во время потения или ночью в постели.

Один ремесленник пришел ко мне и рассказывает: «У меня обе ноги сильно распухли; я испытываю постоянную боль, так что ночью не могу уснуть даже на час. Особенно сильна боль в суставах, руки у меня тоже болят, аппетит у меня есть, но когда я начинаю есть, мне так вздувает живот, что я еле могу дышать. Я почти не могу ходить, и когда встаю, у меня голова начинает так кружиться, что просто не знаю, где я. Я уже лечился у многих врачей, принял много лекарств, но положение мое, как мне кажется, только ухудшилось, я уже не раз желал умереть».

Этот больной имел очень здоровый, крепкий вид. Ему было около 50 лет. По мнению врачей, главной причиной его болезни было ожирение сердца.

В 5 недель этот больной освободился от всех своих страданий и был очень счастлив, что здоровье снова вернулось к нему.

Что он делал? Он прикладывал ежедневно, потом через 1, а дальше через 2 дня компрессы из сенной трухи: сенная труха прикладывалась к голому телу, сверх нее повязывался на 2—3 часа теплый платок. Сначала через день, а потом через два, он одевал рубаху, смоченную в отваре из сенной трухи. Когда опухоль на ногах прошла, больной принимал ежедневно полуванну, верхнее обливание и обливание колен, и, благодаря Бога, он исцелился совсем.

Грыжа

Грыжа принадлежит к числу болезней не настолько опасных, и многие люди живут с ней 20—30 и даже по 40 лет и доживают до глубокой старости. Но при неосторожности, а именно: при натуге тяжелых работ она нередко грозит преждевременной смертью. Нужно сказать несколько слов, что такое грыжа. В деревнях у простого народа заявляют между собой упреки и даже брань, говоря так: «Грызет, грызет, точно грыжа». А потому она и называется грыжею.

Причина большею частью бывает та: частые приемы большого подъема тяжестей, как например, у простого народа выгружение каких-либо предметов не в меру натуги и нередко от своего же баловства: кто кого перетянет на палках или на веревках или же кто сколько может поднять тяжестей. Нередко на гуляньях, в народных балаганах, в дружеских компаниях между собой делают механические опыты, и каждый про себя говорит: «Я вытяну цепь или другой предмет больше той точки в поставленном механическом предмете, как вытянул товарищ». И все делается с непомерным усилием, чтобы сразу приподнять что-либо или вытянуть цепь механическим опытом. Но вот и надорвал живот.

Первоначальных признаков нет возможности заметить в сво-

ем болезненном ощущении зарождающейся грыжи. Что-то в брюшине изредка схватывает, а в особенности в одном или другом паху, где она появилась: помаленьку, изредка, нет-нет кольнет и схватит, а в нижней части брюшины при соединении с пахом, потом будет припухать продолговатый желвачок. Сам же человек этой причины желвачка никоим образом не разгадает и будет только жаловаться семейным или близким знакомым, что у меня появилось какое-то колотье и схватки в нижней части брюшины и живота. И тогда только из разговоров близких опытных людей, поймет, что эти схватки стали появляться вследствие открытия и присутствия грыжи. Брюшина в нижней части живота около правого или левого паха, а то бывает нередко и в обоих пахах, прорвалась налево и направо, то грыжа образуется в обоих пахах. Если же брюшина прорвалась только в одном каком-нибудь паху, грыжа появится именно в этом, допустим, хотя бы в левом. Конечно, брюшина наружу не может прорваться, а внутри нижней части живота. Прорыв сделается спервоначально маленький, объемом вроде горошины, а потом постепенно будет расширяться все более и более размером в пятак и последовательно будут выпадать некоторые части из кишок в брюшину и даже самые ближайшие слизистоволокнистые кишки, которые ближе к больному месту. И расширение будет все обширнее и обширнее, если кто не хочет принять соответственные меры своевременно к ограждению этой впадины, то есть дырочки, чтобы она как можно более не расширялась и еще более не прорывалась. Иначе же жизнь человека не будет продолжительна и подвергнется опасности и мучительным страданиям.

Первым долгом, как только каждый человек усмотрит у себя признаки грыжи, то тотчас же должно купить бандаж, который можно найти всегда у оптика или бандажиста, а нет, та́к в каждом городе и в лавках можно найти (а в Москве у Сухаревой — по воскресеньям, или же в резиновых магазинах). Особенно женские бандажи, которые надевают от грыжи на пупок вследствие частых родовых потуг. Но у мужчин же всегда большею частью грыжа появляется в пахах. Предварительно нужно принять меры как можно поскорее: опоясаться бандажем и наложить бандаж как можно плотнее и покрепче на ту впадину, которая нахо́дится в паху, чтобы не выходили внутренности из этой впадины. Пока можно обойтись и первым попроще бандажем, а впоследствии 3—4 дня и даже до недели, если пришелся удачно бандаж, можно показаться бандажисту-доктору. Опытный бандажист-доктор вправит грыжу, если только она уже вышла и выберет бандаж, который должен быть удобнее. Многие удаются бандажи и купленные, если они пришлись удачно. Цена покупным бандажам от полтора рубля до 2-х и до 3-х рублей, а в оптических магазинах от 10-ти и до 12-ти рублей.

Всякий больной в своем паху у себя всегда ущупает паль-

цами ту впадину или лучше сказать дырочку, но, конечно, снаружи кожи никакой дырочки больной не увидит, а только ущупает пальцами внутри, в паху под кожею. И вот вследствие этого предварительно и нужно как можно поскорее запастись бандажем, чтобы грыжа из брюшины не выпирала, а потом всякому больному грыжей следует приняться уже и за радикальное лечение.

Конечно, грыжу, которая приняла большие размеры от неосторожности и долговременного невнимания, излечить совсем окончательно уже нельзя до самой глубокой старости, но она и не мешает здоровью и никаких страданий через нее не имеется, лишь бы человек не носил на себе тяжестей. А раз кто обращается с нею небрежно, то страдания через нее появляются беспрерывно. Но кто весьма опытен и слыхал от ближайших родственников или знакомых, при каких обстоятельствах она появляется вначале, то этот человек может тотчас же своевременно прервать в первоначальном виде появившиеся признаки грыжи и исцелиться от нее. Но развившуюся уже грыжу, когда она прорвалась внутри брюшины, исцелить окончательно невозможно, а только лишь должен в ход идти на помощь ей бандаж, чтобы не беспокоило больного. Потому хороший бандаж устраняет, безусловно, всякие страдания и беспокойства и болящий человек, носящий бандаж, как бы и не чувствует уже грыжи. Он свободен и развязен во всех физических действиях.

Однако для укрепления и закаления не мешает прибегать к помощи холодной воды, а потому я и советую хотя 3 или 2 раза в неделю принимать холодные сидячие ванны.

Да что такое это ванна? Для этого предмета годна каждая посудина, возьмите хоть, например, глубокое корыто и садитесь в него или же продолговатый бак, но, конечно, удобнее ванна, если кто имеет ее. И всякий болящий непременно испытает на себе благотворное действие называемых ванн. Время же для этого предмета всегда удобно, но сидеть, а в особенности полоскаться и купаться в ванне холодной воды, следует не более 3—4 минут, а для одевания довольно и 3-х минут.

Кроме того, предупреждаю каждого: если кто находится в это время в сильнейшем поту, то скажу каждому, чтобы он не боялся и полезал бы в воду без боязни и без вреда для себя, и это ему нисколько не мешает купаться спокойно. Полезно также влезать в холодную воду по грудь взамен ванны, бака и корыта — в полукадку. Влезши в нее, быстро и усиленно нужно обмывать все верхние части тела до самой верхней части шеи, то есть до подбородка и до затылка, а потом как можно поскорей нужно надеть рубаху, не вытираясь, и быстро одеваться в верхнее платье

Головная боль

Приезжает однажды ко мне один господин и, как оказалось, с довольно материальными средствами, то есть в том положении, что он может располагать своим временем как угодно. Он сообщил мне, что страдает головной болью. Всего страннее, что боль эта начиналась регулярно с 7-ми часов утра и тянулась до 6-ти часов вечера и была до того мучительна, что не было возможности никуда деваться от нее, а перед вечером и в особенности ночью он никакой боли не чувствовал, точно, как сказать, рукой снимало. Боль находилась на левой стороне лба, и она распространялась даже по всему телу. Приглашал и докторов знаменитых, но без видимого улучшения. Наконец, этот господин обратился за советом ко мне. Я назначил ему обливание всего тела, а потом хождение по траве утренней, то есть по росе, 20 минут, и через неделю он вполне выздоровел.

Головокружение

Вот еще второй пример. Один господин, которого я лечил, конечно, простою холодной водою, но изредка применял и теплую, так он мне сообщил свою болезнь: «У меня часто бывает сильное головокружение, к тому же нередко ноги мои бывают совсем холодные. Желудок плохо действует, а потому я приехал к вам просить у вас совета, возможно ли в мои лета лечиться холодною водою».

Я его положительно успокоил и сейчас же начал лечение холодною водою этого господина.

Применения воды были следующие, как я ему назначил. На первый же день с утра он обмыл верхнюю часть тела холодною водою, прибавивши малую толику обыкновенного уксусу, а после обеда я ему приказал обливать холодной водою колени в продолжение трех минут, а вечером чтобы он принял теплую ножную ванну, прибавивши золы и немного соли. Стояние в ванне ногами по икры 15 минут, но более не следует.

На второй день тоже с утра я приказал ему делать опять от самого верха от шеи и до самых ног тоже обливание лейкой или ведром, но не более как от 1-й до 2-х минут, а в 12 часов хождение по мокрым камням в продолжение от 5 до 7 минут, а к вечеру холодная сидячая ванна от 1 до 2 минут и погружение рук до самых плеч в холодную воду на 2 минуты. Для этого можно иметь повыше ведра, если же нет, заказать, чтобы руки входили в ведра до самых плеч, как и говорю.

На третий день я приказал ему ходить в самой холодной воде по колени в ванне в продолжении 3-х минут утром. А в час дня после обеда мною было назначено обливание ему спины холодной водою от 1 до 2 минут. В таком порядке продолжалось

лечение холодною водою дней 10, кроме теплой ножной ванны, которая была принята только 2 раза в продолжение всего лечения, через 15 дней головокружение совершенно исчезло, и желудок вполне исправился, и зловредные газы были из желудка удалены. Природная теплота в ногах восстановлена. Исчез и холод в них, и больной окончательно исцелился.

Иным покажется странным, почему при лечении этого старого человека применялась только один раз теплая вода, а не более? А потому что он был крепкого сложения и имел достаточно природной своей теплоты. Субъектов же преклонных лет, которые имеют очень мало крови, нужно лечить тепловатою водою, конечно, опять-таки же обмыванием. Но кто может вынести и холодную воду, можно поочередно, то теплою, то холодною, как указано в этой книге во многих местах, так как холодная вода в высшей степени полезна. Вслед за теплой водою тотчас же нужно облить больного и холодною водою на 1 минуту, ибо вслед за тем появится в теле сама природная теплота от чудного действия воды. Но, конечно, после холодного обливания непременно следует окутаться в холщевый плащ, так называемый испанский, на 1 час. А потом нужно надеть обыкновенную сухую рубаху и все остальное платье, у кого какое найдется.

Потеря голоса

Потеря голоса бывает от разных причин.

«Прежде голос был у меня твердый, сильный и звучный, а потом стал постепенно теряться, а впоследствии охрип, а в непродолжительное время я потерял и совсем голос» Так рассказал мне один господин больной, которого я лечил.

Иные нередко прибегают к карандашу и к бумаге, коль скоро нет возможности объясняться живой речью за невладением языка.

Этот господин обращался ко многим докторам за помощью, и все было тщетно, и доктора объявили ему, что он лишился своего голоса уже навсегда. Тогда он обратился ко мне. И с Божьей помощью вода-то ему и помогла.

Этот больной на вид был совершенно здоров и даже не замечал в себе никаких ощущений и страданий — только голосовые органы сделались неспособными к произношению речи, и самое горло, безусловно, было без всякой боли. И потому было бы неразумно искать эту болезнь в горле. Кроме того, и язык не имел никакого страдания и болезни.

Тогда спросим: где же причины, что язык не говорит? Где же те посторонние влияния, что он не повинуется выговаривать слова?

Поищем эти причины. Если в протекающий ручеек шалуны мальчишки набросают каменьев и запрудят этот ручеек, через

который еле-еле просачивается с трудом вода, то этот ручеек не может продолжать своего правильного течения, и от своего напора вода его ищет других путей и нарушает обычное прямое свое течение.

Точь-в-точь так же слуцается и в человеческом организме. Кто с анатомией нисколько не знаком, с того нечего и взыскивать. Но если же знаком, хотя элементарным образом, то есть поверхностно с анатомией человеческого тела, тогда мы всегда можем заглянуть в этот многоветвистый ствол, по которому идет правильное кровообращение, и если эта текущая кровь остановится на своем пути вследствие какой-либо препятствующей преграды, тогда последствием сего будет зловредный застой и сгущение ее. Вот хоть бы например: кому не приходилось видеть на человеческом теле и даже нередко и на лице разных наростов и затверделых шишек и растущего дикого мяса в разных местах, и они нисколько не мешают здоровью и не причиняют никаких болей и страданий, а только лишь уродуют человека. Предположите то же самое в связках, соприкосновенных с частями языка, находящихся внутри человеческого организма, связывающих голосовые связки языка.

Вот вследствие-то ненормального движения крови, нарушенного в своем правильном ходу, язык отказался повиноваться, произносить слова и речь, а потому и следует удалить эту причину.

Но вернемся к нашему больному. Я назначил ему в помощь воду.

Вскоре застой крови и неправильное течение ее были удалены, и кровь пошла опять своим правильным путем, а потому и язык немедленно возвратился. На первый раз я велел ему делать головные паровые ванны. Эти головные паровые ванны вызывают пот во всем теле. Употребление их не более как до 10 минут, вслед затем тут же за ними нужно делать холодные обливания, но не свыше 1 минуты.

Это холодное обливание смывает все то, что выделилось из головы или, лучше сказать, дурной пот при помощи паровой ванны. После этих двух приемов очень полезно укреплять организм больного, а в особенности, если больной бывает дороден и полон. У таких полных людей бывают по обыкновению приливы крови к голове, а потому-то и необходимо отвлечь кровь от головы вниз, а именно посредством уже ножных ванн и таким же образом, чтобы после этого тут же облить холодной водою ноги тоже на 1 минуту. Обе эти паровые ванны, как головная, а также и ножная. Сначала должна быть головная паровая ванна, как сказано выше. Когда окончится паровая головная ванна, обливание головы в продолжение 1 минуты холодной водою, тогда наготове должна быть и другая паровая ванна — ножная уже. Следует держать ноги над парами не более 10, 12 минут и до 15

минут, а затем немедленно также облить ноги холодною водою на 1 минуту. Эти две операции должны быть произведены 2 раза в неделю.

Вот второй способ применения воды, и также очень полезен, действует на все тело. А именно: холщевый халат, так называемый испанский плащ. К нему присоединяются еще холодные ванны (одна-две в неделю продолжительностью не более одной минуты каждая), затем — полуванны (вода должна доходить до области желудка) с усиленным обмыванием верхней части тела. Верхнее и нижнее обливания производят такое же действие, как и ванны. Эти применения, в точности выполняемые, в связи с правильным образом жизни (движение на открытом воздухе, легкий физический труд) поправили все дело. Весь организм больного пришел в нормальное состояние, голос возвратился сам собою, он был совершенно здоров, и теперь еще, спустя 17 лет, его голос обладает такою звучностью и силой, что каждый, кому приходится с ним говорить и слушать его красноречие, так как он очень красноречив, убеждается, что его голос сделался еще более чист и ясен.

Дифтеритные болезни

Эта болезнь убийственно поражает малых и взрослых, а в особенности для детей она очень опасна.

При заболеваниях дифтеритом должно заботиться о следующем: По возможности скорее выделить накопившиеся болезнетворные вещества. Действовать на весь организм так, чтобы урегулировать кровообращение, прекратить неправильное направление крови и соков, на которое указывает степень лихорадочного жара.

Заболевшему дифтеритом раньше всего следует приготовить головную паровую ванну и через каждые 20—24 минуты обмывать все тело. Через 6—8 часов должно наложить на больного холщевую шаль на полтора часа, погружая холст каждые пол часа в свежую холодную воду. Потом больной должен принять ножную паровую ванну и тотчас же после нее — полуванну (совсем холодную) с обмыванием верхней части тела. Полуванна и обмывание должны быть окончены самое большее, в одну минуту. После этого следует снова наложить холщевую шаль на полтора часа, поступая при этом таким образом, как сказано выше.

После всех этих применений воды следует повторять их сначала, распределяя их по одному на каждую половину дня. Кроме того, больной должен почаще полоскать настоем из полевого хвоща, по крайней мере 4—5 раз в день. Скверная болезнь в скором времени исчезнет.

Все названные применения так невинны, что никогда не могут принести вреда. Если больной (и это должно служить постоянным правилом) ночью успокаивается и засыпает, то ни в каком

случае не следует нарушать этот сон. Сон служит доказательством того, что организм приходит в нормальное состояние, и укрепляющее действие сна таково, что даже применения воды достигают тогда лучших результатов. При этом должно еще заметить следующее. Если во время какого-нибудь применения воды, которое требует, чтобы больной находился в постели, пациент засыпает, то его никогда не следует будить. Если применение воды окажет надлежащее действие, тогда больной сам проснется.

Один отец семейства приходит и рассказывает: «Мое дитя, которому 11 лет, не может более глотать и уже целые три дня едва дышет. У него сильный жар и бред. Хотя я обернул шею тяжко больного ребенка мокрым платком, но ему от этого не лучше. Что мне делать, чтобы дитя не задохнулось?» Горе опечаленного отца, а еще более неудачное применение воды побудило меня отправиться вместе с ним к больному. Ребенок находился в самом жалком состоянии: по-видимому, его уже нельзя было спасти. Многие признаки указывали на то, что едва ли для него возможно было спасение. Но, надеясь на Бога, я решился попробовать. Каждые полчаса в продолжение целого дня больному ребенку усиленно обмывали холодной водой спину, грудь и живот. Так как страшный жар не уменьшался, то к животу прикладывали кусок холста, намоченный в холодной воде. Жар, наконец, уменьшился. На следующий день отец приходит и рассказывает: «Дитя уж в состоянии глотать, но у него сильно распухают щеки; ребенок начинает уже говорить, хотя и невнятно, но я несказанно радуюсь, что он опять, по крайней мере, может говорить».

Я посоветовал отцу прикладывать к опухшим щекам ребенка тряпки, намоченные в воде с уксусом, возобновляя эти компрессы через каждые полчаса. Кроме того, он должен был указанным способом обмывать ребенку грудь, спину и живот всякий раз, как только ему делалось жарко и душно. На третий день ребенок был вне всякой опасности. Обмывание продолжали делать еще некоторое время всякий риз, как увеличивался жар, и этим способом, то есть с помощью воды, ребенок был спасен и по милости воды отец этого ребенка возблагодарил Бога.

Зубные болезни, зубная боль

Кто страдает этою болезнью, тот себе места не найдет, так она мучительна.

Приехал один знакомый мне господин и попросил меня, чтобы я помог ему излечиться от зубной боли, от которой он не мог нигде места найти. Я дал ему благой совет: чтобы он непременно ходил два раза в день по колено в воде в течение четырех минут и до 7 минут за каждый раз все летние месяцы. Потом хождение

по утренней росе в течение 20 минут, можно и полчаса, а от 7—8 часов вечера холодною водою полное обливание, то есть от самой шеи до самых пяток от 1 и до 2 минут. Боль стала быстро утихать, а на третий день, как рукой, сняло.

Вода приносит очень большую пользу, когда ею пользуются правильно, по указанию, а когда злоупотребляют ею, то нередко вред. Многие прибегают к бесполезному и вредному способу во время зубной боли. Чуть что-либо, то сейчас же требуют зуб вырвать, а где его впоследствии найдешь?

Вырвешь один, а потом будут падать побочные рядом.

Вот хоть бы, например, плетень! Вырви из плетня два или три прута, при первом же маленьком ветерке, он тотчас же и покачнулся, а при сильном напоре он повалился сажени на две или на три вплоть до самого другого звена, ибо держава уже растревожена. Так и по поводу зуба.

Зубы великое дело. Чем мы будем жевать употребляемую пищу? Скажут другие, что, конечно, на это есть искусственные. Но искусственные зубы потребуют много траты денег, а у многих их и нет, ну вот и мучайся всю жизнь от своей же неразумной неосторожности. А потому-то имеются много примеров, которые рвут свои же зубы, беспощадно, а они ведь крайне-раскрайне и в высшей степени каждому нужны.

Вот еще был случай. Один господин сильно страдал зубной болью. Рвался и метался во все стороны от невыносимой боли и хотел уже вырвать больной зуб. Этот господин был весьма развит и умен, а потому он пораздумал как следует по поводу вырывания больного зуба и тотчас же приехал ко мне на совет. Я посоветовал ему неотлагательно теперь же воспользоваться указанным способом, который я ему объяснил, чтобы он начал ходить тотчас же босыми ногами по мокрой траве у меня в саду 30 минут или 35 даже, к тому же и погода на этот раз была дождливая, и лил дождь более недели. Что он сейчас же и исполнил, совершивши эту операцию. Боль постепенно стала утихать этим же часом. По отъезде его из моего дома к себе домой я напутствовал его тем же советом, чтобы он и на второй день совершил ту же операцию, то есть ходил бы по утренней росе или же по мокрой траве 35 и даже можно 40 минут. У него тоже был свой сад. Так он должен был продолжать дня 3 или 4, пока окончательно не пройдет зубная боль. На третий день он с великой радостью приехал ко мне с восклицанием, что зубная боль окончательно пропала. И несколько лет не возобновлялась. Из такого случая можно было заключить, что зубной больной нерв достаточно закалился.

Часто зубная боль происходит от простуды; отчего прилив крови усиленно идет к голове, а потому при этом случае непременно следует отвлечь кровь от головы.

Таковым способом можно восстанавливать правильное кровообращение.

В зимнее же время как травы, а также и росы утренней, конечно, нет. А потому я воду применяю другими способами в разных болезнях, а также и от зубной боли.

Вот другой случай. Пришла ко мне одна женщина и умоляла меня, чтобы я ей помог. Она страдала в течение 8 дней сильной зубной болью, и одна щека у ней сильно распухла. Я посоветовал ей. Когда она придет к себе домой, чтобы надела холщевую короткую рубаху, предварительно намочить ее в холодной воде и покрепче выжать, а потом уже и надеть ее не менее на полтора часа, пока она совсем просохнет. А потом вновь намочить, выжать и опять надеть на те же полтора часа. Так нужно продолжать переменять раза два обязательно, не мешает и три каждый день. А ночью обмывать плечи, шею и грудь холодною водою раза два в ночь. Нерв окончательно успокоится, появится крепкий сон, на второй же день прекращается и боль зубная. А продолжать эти приемы следует дня три, четыре, чтобы укрепился и закалился зубной нерв.

Каждому советую, что благодаря этим применениям воды кровь должна быть отвлечена от головы вследствие неправильности и задержки ее в своем течении от разных причин, а в особенности, как уже и повторил, от простуды. А посредством тех приемов воды, кровь придет в свое нормальное состояние.

Болезни сердца, страдание и пороки его

Сердце это клапан всей нашей жизни. Однажды меня позвали к одной женщине, которая так задыхалась уже, что не могла говорить. Сердце у нее так сильно билось, что его биение ясно было видно на одеяле и его удары слышны ясно на некотором расстоянии. Во рту больная ощущала сладкий вкус; она боялась, что умрет от кровотечения, как ее мать, умершая в том же году. Врач объявил, что у нее несколько болезней, но главным образом болезнь сердца. Руки и ноги были у нее совершенно холодны, и по временам ее мучили приступы кашля.

Руки и ноги холодны, сильное сердцебиение! Что же это значит? Вероятно, вся кровь прилила из конечностей к сердцу и ищет оттуда выхода, от этого происходит биение и удары, как будто кровь хочет разорвать клапаны. Вам приходилось видеть с каким шумом вода, собравшаяся во время дождя в одно место, стремится найти себе выход; она хочет проложить себе дорогу силой.

Уже через несколько минут удалось уменьшить страшное сердцебиение у этой женщины при помощи вдвое сложенного мокрого полотенца, которое положили на живот; скоро кровь отлила туда. Через десять минут биение сердца были уже спокойны.

На следующий день больная сделала себе в постели 2 полных обмывания; на 3-й день — испанский плащ, на 4-й — паровую головную ванну, на 5-й — ножную паровую ванну. В таком порядке она продолжала делать эти применения еще некоторое время. После этого болезнь уничтожилась, и сердце уж никогда более не страдало, больная совершенно выздоровела.

Ко мне обратилась молодая лет 25 девушка и жаловалась, что она чувствует всегда давление в области сердца, и сердцебиения усиливаются в такой степени, что она всякий раз боится, как бы не умереть вдруг. Это бывает с ней при быстрой ходьбе, от испуга, а также, когда она слышит рассказ о несчастии: руки и ноги холодеют, а в сердце чувствуется сильный удар. По мнению врачей, у нее была болезнь сердца. Само собой разумеется, что болезнь сердца, да и могло ли это быть что-либо иное?

Как ясно, как просто здесь в сущности все дело! Если к ребенку, сидящему на пороге двери, подбегает большая собака, он начинает кричать, вскакивает и в испуге бежит в дом с криком: «Мама! Мама!» То же самое бывает и с сердцем, когда что-нибудь его испугает: оно поднимает крик, стучит, кровь бежит от порога, т. е. от конечностей, в дом — в сердце. Что же тут странного, где же здесь страдание сердца? Девушка должна прежде всего оставить все бесполезные укутывания и т. п., и затем применять более легкие способы для закаления тела. Нежное существо уж не станет тогда пугаться лая собаки, не станет содрогаться при свисте локомотива.

Лучшими средствами для укрепления будет ежедневное стояние до колен в холодной воде три раза по 1 минуте и держание рук столько же времени в холодной воде. Если вода покажется ребенку слишком холодной, он может подогреть ее своим дыханием. Эти упражнения нужно делать одну неделю. После этого больная может делать еженедельно 3 раза ночью, вставая с постели, быстрые обмывания холодной водой и только раз в неделю принимать холодную ванну, продолжительностью не больше 1/2 минуты с сильным обмыванием верхних частей тела. Эти упражнения нужно делать в продолжение второй недели. В 3-ю и 4-ю неделю больная должна делать ежедневно верхнее и нижнее обливание и после него сейчас же согреться движением или работой. В 6 недель больная была совершенно здорова.

Приливы крови

Однажды приехал ко мне один мне близкий знакомый и просил совета: «Я страдаю сильной одышкой, спазмами в горле и очень серьезными головными болями, и по целым ночам не могу спать от сильных приливов крови и головной боли. Кроме того, бывают еще судороги в груди, а когда они переходят на живот, я испытываю ужасные боли. Я никогда не могу укрыться от хо-

лода, руки и ноги обыкновенно холодны. Жизнь моя была бы в общем недурна, если бы меня не мучили всегда эти боли. Я был уж на многих водах, но обегчения нет никакого. Вместо прежней полноты — полнейшее исхудание. Если и вода мне не поможет, я погиб». Я стал его лечить. Лечение заключалось в следующем:

1) Он ходил ежедневно утром и вечером некоторое время босиком по траве, что его очень освежало и уничтожало головную боль.

2) Два раза в неделю он делал короткие обертывания.

3) Один раз в неделю — испанский плащ, то есть холщевый халат или длинную холщевую рубаху.

Чтобы вызвать правильный стул, он в течение нескольких дней принимал через каждые полчаса по столовой ложке воды; при более тяжелых случаях — немного сабура и пол-ложки сахара, все это растворенное в теплой воде — через каждый час — и исцелился совсем.

Лечение невыносимой бессоницы паровыми ваннами, взамен их можно заменить луженым ведром, корытцем, кадочкою

Вот один больной, который мучился и страдал самою упорною бессоницей более полугода, и силы его все более и более упадали, и ум делался к умственному труду не способным. Уныние и угнетенное состояние окончательно надломили его всегдашнюю энергию. Все это не могло не отозваться на его здоровье. Он обратился ко мне с советом, в чем я ему, конечно, не отказал и радушно советовал ему лечиться у меня простою водою, на что он и согласился.

На первый раз я ему назначил головную паровую ванну, над которыми, то есть над парами, он держал голову от 7 до 10 минут, что было ему очень полезно, потому что капли пота обильно выступили на его лице. А потом немедленно облили его голову холодной водою в течение 1 минуты и потом его голову окутали холщевым полотенцем, затем полторы или две минуты обливали его всего от самых плеч и до пяток холодной водою. И потом он немедленно вошел в холщевый халат, или испанский плащ, в который он взлез до самых пяток, подогнув концы этого плаща под пятки и окутавши ноги.

На второй день я ему назначил ножную паровую ванну, над паром которой он держал ноги в продолжение не менее 10—15 минут. Вода в ванне должна быть самая горячая. Форма ванны должна быть низенькая и поперек должны быть положены перекладинки для постановки ног, чтобы неожиданно не обварить их горячею водою. Низкая же форма ванны для того, чтобы больной мог сидеть на стуле, держа ноги на перекладинке ванны.

Итак, попеременно ему было сделано то головная маленькая

паровая ванна, то ножная. Взамен маленькой головной ванны можно применять глиняный горшок, но чтобы он был как можно тщательнее чисто вымыт. Можно применить и ведро луженое взамен ванны, из которого ведра, ванны или горшка выходили бы густые пары и обхватывали бы голову. Голова должна быть наклоненною над ведром, над ванною, горшком, можно даже над обширным кувшином, но чтобы вмещал как можно более паров.

А на третий день обливание самой холодной водою колен утром и головная паровая ванна и вслед затем тут же обливание головы холодной водою на 1 только минуту и потом следует обвязать голову полотенцем. Так продолжалось дней десять, после чего болезнь стала исчезать, а больной стал все лучше и лучше спать, а потом вскоре и бессоница вся пропала, и этот господин в течение теперь 10 лет живет очень хорошо и сделался одним из крепких, самых сильных и здоровых людей, и он совершенно исцелился.

Бессоница бывает большей частью у людей, которые занимаются усиленной умственной работой, лучше сказать, переутомляют себя не в меру.

У детей же бессоница бывает тогда, когда неосторожная мать или кормилица дает ребенку слишком много есть, а потому крохотное тельце мучается, стонет и мечется в своей постельке вследствие обременения желудка и переполнения животика. В этом случае следует сейчас же взять маленькое полотенчико и намочить его в холодной воде, потом немедленно приложить к животику, а потом ребенок вскоре успокоится и заснет, конечно, после этого маленького компрессика ребенка нужно укутать в одеяльчико.

Нередко приходится слышать, как некоторые крестьяне говорят: теплая ножная ванна закрывает глаза, если утомление и усталость не дают уснуть. При утомлении одного этого уже будет достаточно.

Тому, кто страдает умственным переутомлением, а также всем тем, которые страдают бессоницей, вследствие геморроя, скопления газов и других страданий живота, я советую принимать каждую ночь одну-две холодные сидячие ванны, продолжительностью от одной до двух минут.

Еще одной из причин бессоницы бывает неравномерное распределение теплоты в теле, отчего бы это ни происходило. В таком случае к голове и груди приливает слишком много крови, вследствие чего в этих частях появляется жар, в оконечностях же тела образуется малокровие: руки и ноги становятся холодными. О том, как устранить это зло, говорилось уже во многих местах в этой нашей книге.

Страдание и воспаление мозга

Воспаление мозга болезнь есть очень опасная. Если наступает воспаление мозга, то прежде всего нужно отвлечь отсюда кровь, но кроме того, нужно еще уменьшить жар в воспаленных местах. Применения воды следующие: нужно обернуть ноги до колен платками, смоченными в воде с уксусом. Если ноги холодны, то нужно сначала смочить платок в теплой воде. Если платки на ногах приблизительно через полчаса или час сделаются очень горячи, то их нужно смочить в холодной воде и снова наложить.

Точно так же нужно обернуть и руки, по крайней мере до локтей, и в общем следует делать то же самое, что и с ногами. Затем можно накладывать нижний компресс, причем через каждые 3/4 часа его нужно смочить в холодной воде. Если жар продолжается, следует все вышеуказанное делать несколько дольше. Чтобы совершенно удалить жар, можно приложить к животу вдвое сложенный грубый платок, смоченный в воде, таким образом кровь отвлекается к животу. На голову ничего не нужно прикладывать, кроме повязки на лоб, причем ее смачивают в холодной воде через каждые полчаса. Еще лучше действует платок, повязанный на шею, или же шаль. Причем ни то, ни другое не должны оставаться на месте более 3/4 часа, не смоченные снова в холодной воде. Эти применения, попеременно употребляемые, не допустят усилиться воспалению и ускорят его конец. Внутрь лучше всего принимать свежую воду, но немного, самое большое одну-две ложки, лучше почаще, и болезнь постепенно очистится при указанных советах.

Инфлуэнца, или грипп — новомодные названия

Инфлуэнца, или лучше грипп, это болезнь, из которой могут образоваться многие болезни, последствием которых бывает смерть. В настоящее время многие заболевают инфлуэнцой и умирают от последствий этой болезни. Другие еще спустя 3—4 месяца после кажущегося выздоровления жалуются на последствия инфлуэнцы. Последствия эти бывают различны и состоят преимущественно в шуме в ушах, нарывах, появляющихся на теле, притуплении слуха, в образовании водянки и т. п. Эти болезни, без сомнения, происходят от того, что заболевшие инфлуэнцой не вполне излечиваются, вследствие чего нездоровые вещества остаются в крови и служат к зарождению новой болезни.

Я довольно много людей излечил от инфлуэнцы следующим образом. Больного укладывали в постель, обмывали ему все тело и только верхнюю часть тела холодной водой и, не вытирая, хорошо укрывали его. Такое обмывание повторялось 8—10 раз в день, каждый раз через час. Обыкновенно уже при втором или третьем обмывании у больного появлялась сильная испарина, благодаря которой проникшие в тело нездоровые соки вскоре выделялись. Таким образом болезнь основательно излечилась. Выздоровление наступало тем скорее, чем раньше и обильнее выступал пот.

Совершенно таким же образом, как инфлуэнцу, можно лечить и катарр, который часто продолжается очень долго и нередко оставляет после себя весьма дурные последствия. Если при начинающемся катарре, в продолжение 8—10 часов, каждый час делать обмывания всего тела холодной водой, то катарр, наверно, скоро исчезнет, а потому нужно таким же способом лечить и инфлуэнцу.

Геморрой закрытый и открытый

Эта геморройная болезнь сложная. Геморрой отчасти принадлежит к числу трудных болезней, отчасти же является результатом известного образа жизни. Люди, ведущие сидячий образ жизни: чиновники, ученые, гастрономы и т. д. страдают очень часто от этой болезни. Поселянин, который из года в год питается картофелем и простой мучной пищей и видит мясо только по воскресеньям и праздничным дням, который вместо пива и крепкого вина пьет всегда молоко и воду, который, наконец, целые дни проводит на воздухе за работой, иногда даже не знает этого названия.

Геморрой — очень тяжелая, хотя и не опасная, особенно в начале, болезнь. Уже один зуд и жжение в высшей степени неприятны и мучительны; еще мучительнее угнетающее действие этой болезни на настроение духа. Она делает человека угрюмым, раздражительным. Есть случаи, когда геморрой совершенно отравляет жизнь и доводит даже до сумасшествия. Из этого ясно, что совершенно неуместно оставаться невнимательным, равнодушным к этой болезни. Нужно стараться, чтобы болезнь не усиливалась, чтобы она со временем не приняла злокачественного характера.

Что же это такое геморрой, как он образуется? Вероятно, всякому читателю приходилось видеть индюка с кожным мешком, висящим спереди на шее, как пустые карманы. Но когда индюк рассердится, эти мешки наполняются кровью и принимают вид красных шаров. Геморрой представляет собой такие же шарики, такие же карманы, наполненные кровью или слизью, все равно, образуется ли он внутри или вне тела, будет ли это открытый или закрытый геморрой.

Жилы представляют собой эластические, растяжимые трубки. Чем больше крови приливает к какому-нибудь месту, тем больше растягиваются здесь жилы, большей частью там, где кровь собирается, застаивается, образуются как бы маленькие речки крови. На лице или на руке образуются маленькие узлы (нарывы), наполненные кровью. Если такие узлы появляются внутри тела на прямой кишке и т. д., то это называется закрытым геморроем. Наоборот, открытым геморрой называется тогда, если узлы образуются снаружи.

Время от времени эти узлы вскрываются, из них выходит темная слизь или же чистая кровь. После вскрытия этих узлов больному становится гораздо легче и лучше; наполненные же и в большом количестве они причиняют ему много страданий. Не только у заднего прохода и на прямой кишке образуются эти геморроидальные шишки, но также и на кровеносных сосудах внутри тела, особенно при сильном развитии геморроя.

Чем больше этих шишек и чем чаще они вскрываются, тем больше вреда причиняют они тем частям тела, где они есть. Поэтому нередко случается, что на таких местах появляются злокачественные неизлечимые нарывы, как например, рак прямой кишки, фистулы, нарывы и т. п.

Значительно усиливают страдание маленькие червячки, встречающиеся в прямой кишке. Они пробуравливают прямую кишку и, если их много, разъедают ее, последствием чего являются злокачественные нарывы. Лечение геморроя водой очень легко и в большинстве случаев дает прекрасные результаты. Очень многим была оказана помощь, и я могу прибавить, что всегда с прекрасным результатом.

Сначала нужно удалить червяков, этих пиявок заднего прохода, если только они есть. Они дают знать о себе обыкновенно кусанием, зудом в области заднего прохода (хотя эти ощущения сопровождают также и наполнение кровью шишек). Нужно сделать 2—3 холодных клистира, быстро один за другим. Когда холодная вода попадает в прямую кишку, червячки отрываются постепенно от стенок заднего прохода и выносятся затем с нею вон. Если повторить это два-три раза (это можно делать 2—3 раза в неделю), то очень многие из червячков и даже все выйдут

Если нам приходится иметь дело только с геморроидальными шишками, то нужно помнить следующее. Следует отвлечь кровь оттуда, куда она приливает в большом количестве, сосуды растянутые следует сузить, нечистоты выделить.

Во всех этих случаях нужно делать следующее: приготовляют себе в постели нижний компресс, т. е. грубую в несколько раз сложенную и смоченную в самой холодной воде простыню, настолько длинную, чтобы она покрывала всю спину и спускалась ниже заднего прохода. В такой простыне нужно лежать 3/4 часа. Это следует повторять еженедельно 3—4 раза. Когда же просты-

ня согреется, еще до исхода 3/4 часа, ее нужно снять и снова смочить в воде. Затем очень полезно для больных такого рода принимать 3—4 раза в неделю сидячую холодную ванну, но недолго.

Можно таких ванн принять 2—3 в полдня или же в одну ночь, вставая с постели, всякий раз не дольше 1—2 минут. И это применение действует на геморроидальные шишки таким же самым образом, как и вышеупомянутое. Если страдающий геморроем будет лечиться в продолжение 1—2 недель в каждую четверть года вышеописанным образом, он может быть уверен, что болезнь совершенно исчезнет или по крайней мере не будет так тягостна. Если же кому-либо это покажется суровым и тяжелым, то я уж ничем не могу помочь.

Относительно питания я обращаю внимание только на один пункт, на который по моему мнению, обращают недостаточно внимания. Очень многие, страдающие геморроем, начали есть вместо обыкновенного домашнего хлеба, хлеб из муки с отрубями и, по их словам, болезнь с тех пор уже не так тягостна, если не совсем излечена. Я охотно рекомендую всем этот хлеб из муки с отрубями. Я желал бы, чтобы он получил повсеместное распространение как здоровое, питательное средство. Но только настоящий хлеб из муки с отрубями, а не поддельный и смешанный! Достойная наказания страсть к подделке коснулась уже и этого. В одном большом заграничном городе я однажды нашел хлеб из муки с отрубями такой же легкий, как и обыкновенный. Я разрезал его, внутри был обыкновенный хлеб, только сверху хитрый булочник посыпал его отрубями, как посыпают, например, тмином или анисом. К своей аптеке я прибавил еще способ приготовления хлеба из муки с отрубями.

Золотушная английская болезнь

Английская болезнь почти хроническо-природная. Болезнь эта, принадлежащая к числу детских. Причины ее небрежное питание, сырая детская постелька и сырой жилой воздух.

У ребенка, страдающего английской болезнью, прежде всего бросается в глаза необыкновенно большая голова и сравнительно маленькое лицо, которое притом очень некрасиво, по временам подергивается и производит впечатление старческого лица. Уродливая голова покоится на тонкой, худой шее: лицо бледно и в морщинах. У детей, страдающих этой болезнью, зубы прорезываются позже обыкновенного, они бывают тонки, невелики, клинообразной формы, внизу шире, чем вверху, иногда с зазубринками, и очень скоро гниют. Нос — тупой, у переносицы широкий, седлообразный, имеет вид развернутого седла. У детей, страдающих английской болезнью, почти всегда бывает: 1) Боль-

шой вздутый, полный, твердый живот, как признак завалов в брыжечных железах кишок, при сопутствующей большею частью пухлости всего тела. 2) Лимфатические опухоли. 3) Зоб на шее. 4) Наросты, опухоли и искривление костей. В высшей степени своего развития — сказывается сухоткою у детей, бугорчатою чахоткою, водянкою в голове или животе, раком на губах и лице, костоедом.

Если дитя продолжительное время страдает этой болезнью, то у него искривляются бедра и голени, в особенности последние. Этим искривлениям подвергаются также тазовые кости, позвоночный столб, одним словом, вся костная система. Такие дети не в состоянии держаться прямо и не могут ровно ходить. Если дитя выучилось ходить до появления болезни, то оно быстро опять разучивается. Если же слабые кости еще позволяют дитяти бегать, то движения таких несчастных детей неровны и неверны: верхняя часть тела наклоняется то влево, то вправо смотря по тому, какую ногу поднимает ребенок. У детей, страдающих английской болезнью, почти всегда прекрасный аппетит. Испражнения бывают большей частью гнилые (то твердые, то жидкие), моча выделяется правильно, но почти всегда слизистая и спустя некоторое время после выделения становится мутною.

Едва ли есть другая болезнь, которая бы так трудно поддавалась лечению, как английская болезнь, потому что эта болезнь поражает как все тело, так и отдельные части его: везде, в мускулах и костях образуются застои и затвердения. Поэтому при лечении необходимо прежде всего уничтожить эти застои и затвердения.

Следующие средства ведут большею частью к полному излечению. Ребенка ежедневно должно обкладывать сенной трухой, обваренною кипятком, сенную труху обливают кипятком, хорошо выжимают и заворачивают в нее ребенка. В таком виккеле дитя должно оставаться один-полтора часа. Когда сенная труха будет снята, тогда следует погрузить дитя в холодную воду, чтобы смыть приставшую к телу труху. Если ребенок слишком слаб для таких обертываний, то должно погружать рубаху в отвар из сенной трухи, надевать ее на ребенка и заворачивать его в шерстяное одеяло. Это можно делать каждый день или через каждые два дня (на третий). В тот день, когда не применяется виккель, ребенка можно погружать в воду (один раз). Так должно поступать более или менее продолжительное время. Когда болезнь уже значительно ослабеет, тогда обертывания следует применять реже — 1—2 раза в неделю.

Другой способ лечения состоит в следующем: в первый день ребенок должен принять теплую ванну из отвара овсяной соломы, на другой день на него надевается рубаха, намоченная в том же отваре; на третий день должно погружать ребенка в холодную

воду. Такое лечение следует продолжать до полного выздоровления.

Что касается питания, то такие дети должны получать только хорошую, удобоваримую пищу, именно: укрепляющую похлебку, похлебку из хлеба и некоторые другие блюда из простой муки; особенно полезен желудиный кофе, подслащенный медом с небольшим количеством молока, а также — солодовый кофе, приготовляемый таким же образом. Пить следует давать таким больным детям понемногу и только тогда, когда дитя чувствует жажду. В этом случае детям серьезно и хорошо помогает.

Катарр желудка и кишок

Болезни эти очень серьезны, если своевременно не будут приняты меры. Вот одна больная жалуется на следующие страдания: «В левом боку ниже ребер я чувствую всегда боли, то более слабые, то более сильные. Такие же боли я испытываю при мочеиспускании, иногда я просто не могу мочиться, а если мне и бывает несколько лучше, то я все-таки всегда испытываю боли. Иногда боли настолько усиливаются, что я просто желала бы в это время умереть. Кроме того у меня живот так вздут, что я не знаю, что мне делать, шея часто так опухает и вздувается, что я едва могу говорить. Я уже перебывала у многих врачей и знахарей; иногда мне делалось несколько легче, но скоро появлялась старая история».

В 4 недели эта женщина освободилась от своих страданий благодаря следующим применениям воды:

1. Еженедельно 4 раза прикладывала она себе на живот компресс из отваренной сенной трухи на полтора часа.

2) 3 раза в неделю она немного обмывала себе все тело, вставая ночью с постели, соленой водой в продолжение минуты, и не вытершись, сейчас же ложилась в постель.

3. Она пила ежедневно чашку настоя из 20 истолченных можжевеловых ягод и полевого хвоща, кипяченого 10 минут, разделив эту чашку настоя на 3 порции. Так в продолжение 12 дней.

После этих 12 дней она делала следующие применения:

1. Раз в неделю компресс из сенной трухи.
2. Три раза в неделю ночью полное обмывание.
3. 2 раза в неделю полуванна продолжительностью в 1/2 минуты.
4. Продолжала пить тот же настой. Так в течение 3 недель.

Чтобы сохранить здоровье, достаточно принимать 3 полуванны в неделю.

Я предлагаю следующее замечание, может еще быть кое-кому полезно. Есть люди, которые имеют наклонности много покашливать. Всякий пустяк, например, щекотание свежего воз-

духа может вызвать у них кашель, не причиняющий им боли, но и неприятный. Такие люди кашляют целые годы без малейшей боли. Обыкновенно этот кашель наследствен и потому с трудом устраним. Откуда бы ни происходил этот кашель, из горла ли, или из груди, он не имеет никакого значения. Эти люди могут утешаться следующей поговоркой: «Кто долго кашляет, тот долго живет». Напротив, другие наследственные болезни гораздо серьезнее и достойны большего внимания. Сюда принадлежат, например, сухотка, чахотка, господствующие в какой-нибудь семье.

В таких случаях следует помнить следующее основное положение: при первом появлении кашля или чего-нибудь другого нужно постараться удалить его, противодействовать его дальнейшему развитию с осторожностью и оглядкой. В противном случае рано или поздно дело не обойдется без жертв. Маленький запущенный катарр у человека из такой семьи, где есть чахотка, может разрушить и положить в гроб самый крепкий организм. Итак, нужно быть осторожным! При разумном лечении можно долго прожить и с наследственными болезнями.

Вот второй способ лечения катарральных болезней. Лечение катарра было следующее. Применения воды: сначала несколько паровых ванн из отвара полевого хвоща, принятых на ночном стуле. Затем в продолжение трех недель перед обедом и после обеда — верхнее обмывание и хождение в воде. После этого — попеременно сидячие ванны и верхнее обливание, тоже ежедневно. Кроме того, с самого начала лечения — настой из полевого хвоща и можжевеловых ягод.

Разные катарральные болезни

История катарральных болезней такова. Они большей частью появляются от того, что быстро входят в сильно натопленную или даже теплую комнату после пребывания на холоде или открытом воздухе. Точно также катарр можно схватить, если некоторое время находиться под влиянием холодного сквозняка. В таких случаях почти сейчас же чувствуют в груди, в горле, в носу какое-то стеснение. Кажется будто, в горле что-то застряло; и, если не обратить внимание на катарр в самом начале, он может усилиться, распространиться и может быть смертелен.

Катарр грудной
(грудной простудный кашель)

Определение. Катарр грудной есть частое извержение слизи их грудных органов, сопровождаемое более или менее сильным кашлем, при ощущении или щекотании и зуда, простирающихся по направлению дыхательного горла, или тяжести зуда и неко-

торого рода давление в легких, которые обыкновенно кажутся больному как бы раздавленными, или чем-либо засыпанными, в сопровождении нередко спазматических припадков.

Распознавание. Катарр горловой от катарра легочного отличается местом раздражения и боли, которым в горловом бывают: гортань и передняя часть шеи, а в легочном — грудь; от горловой чахотки — тем, что в катарре дыхательного горла мокрота бывает прозрачная, слизистая, а в чахотке горловой представляют слизь белую и гнойную. Катарр легочный простой в начале болезни сходствует с воспалением легких, но через несколько часов распознается удобно по свойству лихорадочных припадков, раздражению кровеносной системы и по сухому кашлю, свойственным воспалению легких. Катарр легочный простой от заразительного, особенно от коклюша, распознать довольно трудно, особенно в первые дни болезни. Отличие между ними только то, что коклюш и в самом начале имеет течение более периодическое, нежели катарр простой, и свойственен детям, а не взрослым. По заразительному свойству гриппа и коклюша их тоже трудно отличить от катарров, потому что иногда и эти, даже самый насморк, бывают прилипчивы. Следовательно, для отличия их нужно брать всю сумму признаков тех и других, или все течение каждой из этих болезней, и в таком случае разность может руководить к точному распознанию той или другой болезни.

Признаки катарра легочного простого, будет ли он рассеянный (спорадический) или повсеместный (эпидемический) при равных условиях относительно степени и силы причин производящих, бывают одинаковы. Так, например, в осеннее и зимнее время, если холод и сырость велики, то и катарр тот и другой бывают сильны; в летнее время, напротив, в легчайших случаях он обнаруживается легким кашлем с небольшим извержением слизи и некоторым ощущением раздражения в легких, без развития лихорадочных припадков, причем болезнь продолжается не более одних, а много трех суток. В высшей степени развития болезни сперва является, как лихорадочный предвестник, нерасположенность в теле и духе, дыхание затрудняется, перхота и кашель, потом нередко озноб, за ним жар, тяжелое дыхание, сильный кашель с увеличенным извержением слизи, отделительно-испражнительные отправления приостанавливаются. Это продолжается от 3 до 12 дней. После того болезнь мало-по-малу при восстановлении отделений и испражнений начинает проходить, и больные оправляются.

Желтуха (желтяница)

Определение. Желтуха есть цветородное отложение, обнаруживающееся светло и темно-желтым цветом или всей поверх-

ности тела или некоторых частей, чаще белковидной ткани (оболочки) глаз.

Признаки: желтый цвет сначала на глазных белках, на языке, а потом и на всем теле; цвет представляется в разной степени густоты: светложелтый (лимонный), яркожелтый (шафранный), темножелтый и даже черный; слюна, харкотина, и особенно моча и пот, также желты и окрашивают белье, но испражнения низом серы и даже белы, по недостатку в них желчи. При этом замечаются под ложечкой вправо, в стороне печени, напряжение, тягость и тупая боль, даже припухлость и твердоватость печени, отвращение от пищи, отрыжка, пучение и урчание в животе от ветров, горечь, вязкость во рту или кислый вкус, тошнота, головная боль. Все предметы кажутся желтыми.

Причины внутренние: полнокровие воротной вены, раздражительность, печение, воспаление и затвердение ее, засорение желчных протоков камнями, запалзывающими глистами, скоплением нечистот в желудке и кишках, препятствующими поступлению желчи из желчного пузыря в 12-ти перстную кишку.

Причины внешние (производящие) составляют все случаи, которые могут раздражать печень и через то производить спазматическое состояние желчных протоков, как-то: испуг, ненависть, зависть, злоба, досада, огорчение и гнев; простуда, удары на печеночную сторону, пресыщение пищею и питьем, раздражающими и способствующими развитию в большом количестве в теле углерода и водорода; упорные перемежающиеся лихорадки, и особенно четырехдневные, и вяжущие лекарства, некстати употребляемые для остановления их; беременность, остановка привычных отделений, как то: месячных кровей у женщины, геморроидального течения у мужчин и фонтанели (источник).

Сущность. Так как желтуха происходит оттого, что отделенная печенью желчь не изливается в кишки, а всасывается и входит в кровь, то сущность ее, следовательно, состоит в поступлении желчи и ее начал в общую массу крови чрез всасывание и отложение в кожную систему (кожу). Оттого в желтухе желчь бывает везде, кроме тех мест, где она должна быть, т. е. кишок и кала, который поэтому и бывает белый, серый.

Распознавание очевидно.

Предсказание относительно опасности для жизни зависит: 1) от степени и свойства поражения печени: чем ограниченнее это поражение, тем предсказание лучше. При воспалении, отвердении, камнях печени, желчного пузыря и желчного протока предсказание хуже; 2) от степени и продолжительности действия причины производящей. Относительно продолжительности болезни предсказание зависит: 1) от степени причин внутренних болезней; 2) от сложности желтухи с другими болезнями печени; 3) от степени уделяемости причин внешних производящих, словом: желтуха сама по себе (от простуды, гнева) не опасна, но

она упорна и даже смертельна по своим другим причинам (воспаление, отвердение, камни) и последствиям (худосочие, брюшная водянка и изнурение тела).

Исходы. В здоровье болезнь эта переходит без пособия, когда причина ее удалится сама собою. В противном случае переход в здоровье возможен только при искусственном и притом правильном пособии. Болезни: расстройство пищеварения, недостаток питания, худосочие, брюшная водянка, сильные поносы и другого рода изнурения тела. Смертию оканчивается при посредстве сопутствующих и последующих болезней.

Лечение диетическое желтухи требует соблюдения следующих правил. 1) Одержимые желтухою должны быть на диете легкой, прохладительной и мягчительной и употреблять в пищу телячий или цыплячий бульон с белым хлебом, яичные желтки всмятку, зрелые плоды, сладковатые растения и огородные овощи, например, печеные или вареные яблоки, вареный свекольник в виде ботвиньи, шпинат и т. п. 2) Пить коровье молоко, сыворотку, послащенную медом, и чистую свежую воду; 3) Иметь телодвижение, верхом ли на лошади, или в экипаже, соразмерное силам их; прогулка пешком, тихая и резвая, равным образом полезны в этом случае, лишь бы больные не чувствовали оттого боли и не имели никаких признаков воспаления (см. воспаление и особенно воспаление печени). Нередко излечиваются от этой болезни долговременными путешествиями, предпринятыми уже после безуспешного употребления всех других средств. 4) Развлечение духа веселыми рассказами, пением и всем, что способствует к усилению кровообращения и рассеянию мыслей больных, производит на них хорошее действие. 5) Подверженным желтухе, в предупреждение возврата ее, должно советовать также быть, сколько возможно более, в телодвижении, веселом и спокойном расположении духа, избегать пищи и питья, вяжущих и горячительных.

Лечение существенное состоит в утишении раздражения печени и в доставлении желчи свободного излития в кишки. Это достигается различно: если желтуха есть следствие воспаления печени, то она проходит от лечения последнего (см. воспаление печени). Если желтуха произошла от простуды, от гнева, испуга и т. п., то полезны потогонные средства: баня, теплые ванны, мягчительные припарки из сенной трухи, прикладываемые от 2 до 4 раз в день к правому подвздоху прямо против печени. При этом в промежуточное время между прикладываниями полезно втирать в это же место льняное масло, вскипяченное с листьями белены (блекоты) или макового цвета, либо головок маковых (которых класть по 7 золотников на 1 фунт масла), по чайной ложке (до суха) также от 2 до 4 раз в день.

Внутрь полезно давать отвар конопляных семян, приготовляемый таким образом: взять 28 золотников конопляного семени,

налить на него две кружки белого (ярового) пива, сварить хорошенько и, подсластив сахаром, принимать по стакану раза четыре в день в продолжение 8-ми или 10-ти дней. Другое очень хорошее средство в этом случае есть белок из самого свежего яйца, и если можно, то тотчас, как только снесет курица. Взять белок из такого яйца, сбивать его до тех пор, пока он будет походить на снег, потом, положив в чашку, прибавить попутниковой (подорожниковой) воды три ложки, за неимением воды может заменить ее настой подорожника, приготовленный в виде чая, и принять это лекарство за один раз поутру, будучи еще в постели. Потом порядочно окутаться, чтобы не помешать поту, возбуждаемому настоем. Такой прием должно повторять каждое утро до тех пор, пока желтуха совсем пройдет. Это продолжается обыкновенно пять или шесть дней. Листья лесного орешника, высушенные в печке и растолченные в порошок, в этом случае считаются специфическим средством. Лекарство это приготовляется следующим образом: от 1 до 2 золотников порошка надо настоять в продолжение ночи в стакане белого вина и выпить этот прием утром натощак. 12 или 16 таких приемов почти всегда бывает достаточно для полного излечения.

Водяная болезнь (водянка)

Определение. Водянка есть водородное отложение, обнаруживающее скопление водянистой или сывороточной жидкости в какой-либо полости тела или в подкожной клетчатке.

Разделение. По местопребыванию своему эта болезнь бывает: 1) подкожная, когда вода находится в клетчатой плеве между кожею и мышцами (мясом). Если во всем пространстве тела, то называется общею подкожною водянкою, а если на некоторых его частях, например, на веках, мошонке, руках, ногах, то называется местною подкожною водянкою, или отеком век, рук, ног и проч., 2) брюшная, когда вода заключается только в пространстве брюшной полости; 3) грудная, когда вода содержится в грудной полости; 4) головная, когда вода находится в полости черепа; и 5) мешотчатая (замыкающаяся в перепонках), когда вода заключена в сумочке, или в особенном мешочке, так что она не имеет никакого сообщения с другими жидкостями тела; сюда принадлежат: а) водянка околосердечная, когда вода заключается в околосердечной сумке (сорочке); б) водянка яичника; в) водянка маточная; г) водянка брюшная и сальника, когда вода заключается в этих соимянных органах и т. п.

Признаки подкожной водянки. Бледная, мягкая, тестовидная опухоль кожи, уступающая давлению, после которого остается впадина в коже, как на мягком воске, не скоро исчезающая. Если скопление жидкости под кожею, переходя из клеточки в клеточки подкожной клетчатой плевы, распространяется, разливается по

всему телу и возрастает до значительной степени, то кожа напрягается, расширяется, лоснится, и больной имеет страшный вид тучного человека.

Признаки брюшной водянки. Увеличение живота в объеме; напряжение, упругость живота, приметное зыбление — колебание жидкости в нем; если прижать живот ладонью руки с одной стороны, а с противной стороны другою рукою слегка ударять в него, то можно чувствовать, как при всяком ударе рукою в брюшную стену жидкость волною напирает на ладонь руки.

В начале болезни, когда еще не вся брюшная полость наполнена жидкостью, увеличение объема в животе замечается только при стоячем положении больного, моча мутная, темноватая, с охлопками и испражнениями в малом количестве. Испражнение на низ редкое, даже запор, кал жидкий, почти сухой (катышки). Кожа, язык, полость рта также сухи, жестки; сильная жажда. По мере накопления воды в животе и прижатия желудка, переварение в нем, особенно твердой пищи, происходит с трудом. Больной и после умеренной еды чувствует тяжесть в животе и тошноту. В высшей степени накопления жидкости в животе прижимаются легкие, затрудняется одышка, сухой кашель. По мере увеличения живота спина, руки и ноги худеют, детородные части, а потом и ноги отекают, появляется изнурительная лихорадка, боли в разных местах, пролежни. Смерть следует при беспамятстве или от задушения. Впрочем, болезнь может продолжаться несколько лет, особенно если не давать воде накопляться в большом количестве. Из всех водянок брюшная, случается, и излечивается чаще других.

Признаки грудной водянки. Стеснение и тяжесть в груди, одышка при движении и положении на спине, боль между лопатками, отек рук, лица, особенно век. При быстром поворачивании с боку на бок больной, и даже иногда посторонние, слышат в его груди движение жидкости. Частая перхота, сухой, короткий кашель, внезапное пробуждение больного от сна, при чувстве тоски и задушения и при усилии встать с постели и дышать свежим воздухом. При большом накоплении в груди воды больной не может лежать на спине и дышит только сидя. Пульс неправильный. Тоска, по временам усиленное биение сердца; приметное даже снаружи чрез стены. Обмороки, моча мутная, но не столько, как при брюшной водянке.

Причины внутренние, составляющие предрасположение к этой болезни, состоят вообще: 1) в развитии большого количества сыворотки в крови; 2) в затвердении брюшных внутренностей, препятствующих правильному обращению влаги; 3) в малодеятельности всасывающей системы и малоколичественном отделении кожею и почками.

Причины внешние (производящие) вообще: 1) Чрезмерное употребление водянистого питья и пищи малопитательной и водянистой, особенно в душном нечистом воздухе, при неопрятном

более или менее содержании себя, как например, у сыромятников и мельников, бывает производящею причиною водяной болезни. 2) Простуда и постоянная сырость, действующая на тело и остановившая накожное отделение (испарину, пот), особенно у садовников, огородников, сеятелей риса, рыболовов, охотников и кирпичников, месячное очищение у женщины и геморроидальное кровотечение у мужчин. 3) Быстро прекращенные понос, боли, подагра (дактилагра). 4) Давление или прижатие, мешающее свободному проходу крови и соков. Так, затруднительное сидячее положение с потрясением предсердия ткачей, ткачих бывает причиною водянки и такое же положение с наклоненною и сгорбленною грудью вперед у портных производит преимущественно грудную водянку; перевязка руки, беременная матка причиняют отек рук, ног и т. п. 5) Несчастный исход множества продолжительных болезней, более или менее изнурительных, как например, продолжительных перемежающихся лихорадок и т. п. 6) Большая частая потеря крови, особенно от кровотечений, ушибов, сильных потрясений, раздавления. 7) В частности: общая подкожная водянка появляется или вдруг после сильной простуды, остановления испарины в коже, сокрытия острой сыпи, особенно скарлатины, или медленно, у людей рыхлых, дряхлых, тучных, особенно у женщин. Брюшная водянка наичаще происходит от воспаления брюшины, от завалов брюшных внутренностей, особенно печени, селезенки, брыжечных кишечных желез, от продолжительной, упорной, худо леченной, перемежающейся лихорадки, от цынги, ревматизма, скарлатины, пьянства, от ушиба живота и проч. Грудная водянка сверх того часто есть следствие колотья в груди (воспаление подреберной плевы), бугорков в легких (бугорчатой чахотки), грудной жабы, завала печени, продолжительного удушья и брюшной водянки.

Сущность водяной болезни, как вообще, так и в частности, состоит в неравновесии (разладице) между отделением и всасыванием сыворотки, по которому (неравновесию) оболочка, выстилающая полость, или клетчатая плева, отлагают более сыворотки, чем сколько ее всасывается, и оттого она, накопляясь более и более, образует эту болезнь. В это понятие о сущности входят и внутренние причины болезни, собственно предрасположение.

Распознавание водянок, подкожной и брюшной, в частях более наружных и доступных чувственному исследованию чрез опухоль, увеличение объема и зыбление скопившейся жидкости, легко. Но при скоплении воды в частях внутренних, не доступных чувственному исследованию, например, в головной, грудной полостях, распознавание очень трудно, особенно в начале развития болезни чрез расстройство грудных органов, мозга. Можно, однако, иногда и брюшную водянку у женщин принять за начало беременности, но в таком случае нужно обратить внимание на состояние у женщины месячного очищения; на чувство движения

младенца в матке. Еще труднее распознать водянку, когда она появляется у действительно беременных женщин.

Предсказание относительно опасности для жизни зависит: 1) от степени предрасположения; 2) от степени удаляемости причин производящих; 3) от времени продолжения болезни; 4) от устройства важности частей, в которых развивается водородное отложение так, что чем сложнее, чем важнее для жизни и чем менее совершается всасывание в этой части, тем предсказание хуже. Оттого из трех вышеупомянутых видов водянка грудная бывает опаснее прочих. Относительно продолжительности болезни предсказание вообще всегда невыгодно.

Исходы. В здоровье водянка переходит большею частью не иначе, как при самом расчетливом пособии, особенно грудная и другие. Легче брюшная; еще легче подкожная, особенно местная (отеки), проходят и излечиваются. Болезни, в которые она переходит: удар, задушение и другие. Смертию оканчивается при посредстве этих болезней.

Лечение диетическое в водяной болезни вообще требует соблюдения следующих правил: 1) В предохранение от этой болезни должны советовать, сколько возможно, избегать всяких причин и поводов к ее происхождению, какие выше показаны. 2) Одержимый водяною болезнью должен воздерживаться по возможности от всякого питья, в особенности напитков водянистых. Для утоления жажды можно давать ему по глотку сыворотки, разведенной с горчицею или с кислым соком клюквенным, брусничным, щавельным, лимонным, померанцевым и с уксусом. Полезно ренское вино, настоенное на мочегонительном лекарственном веществе. 3) Пища должна быть суха, свойства разгорячающего и мочегонительного, как то: гренки, жареный рябчик и другая дичина, ароматические и возбуждающие растения, например, чеснок, горчица, лук, редька и т. п., из плодов — особенно свежие, зрелые арбузы. 4) Если силы больного позволяют, то он должен иметь телодвижение, которое очень полезно в этой болезни, например, ходить пешком, копать землю, соразмерно его силам, если ему этого не позволяют, то он должен по крайней мере чаще ездить верхом или в экипаже, причем весьма полезны самые быстрые движения. 5) Постель больного должна быть жесткая, воздух в комнате его тепел и сух. Если он живет на месте сыром, то должен переменить свое жилище и перейти на место сухое и теплое.

У одной больной, лет 49, все тело опухло, так что она едва могла ходить. Организм уже сильно истощился, дыхание было очень тяжелое. Я посоветовал ей приготовить настой из розмарина на вине и пить ежедневно по 2 стакана этого настоя (приблизительно 1/4 литра). Настой этот, по словам больной, чрезвычайно укрепил ее и выделил из организма очень много воды. Кроме того, она применяла ежедневно в продолжение нескольких

дней короткую холщевую шаль каждый раз на полтора часа. Затем более продолжительное время (недели 4) ежедневно принимала по две полуванны (каждую — 1 минуту), с обмыванием при этом верхней части тела. Больная эта выздоровела и могла опять исполнять свои обязанности.

У одной женщины, 54 лет, образовалась водянка брюшной полости. Ноги и живот, как мне сообщили, у нее страшно опухли. Я посоветовал, чтобы больная принимала ежедневно внутрь в 2—3 приема отвар порошка из корня дикой бузины, две щепотки которого следовало кипятить в течение трех минут в кружке воды. Кроме того, в продолжение 8 дней она применяла ежедневно нижнее обертывание (на 1 час). В следующие 10 дней она применяла обертывание через день, а в следующие затем две недели — через два дня. Через три недели больная совершенно выздоровела. Вода, как я узнал позже, отошла в большом количестве в виде мочи.

Корень дикой бузины оказался, таким образом, лучшим внутренним средством при водянке брюшной полости, а розмарин — при водянке в области сердца и груди.

При водянке сердца лучше и полезней могут служить верхний и нижний компрессы, которые следует применять ежедневно по одному. Внутрь же больному следует давать ежедневно по два стакана розмаринового настоя. Это средство очень помогает.

Воспаление кишок

Определение. Воспаление кишок есть смешанное (кровяное и вместе пасочное) воспаление, обнаруживающее чувствованием жара и боли в кишках, сухостию и краснотою языка, жаждою, запором, иногда рвотою. В высшем развитии оно сопровождается воспалительно-нервною горячкою.

Разделение. Воспаление кишок разделяется: 1) по месту, им занимаемому, на общее и частное, а это подразделяется на поверхностное и глубокое; 2) по происхождению — на первоначальное и сопутственное (сочувственное); 3) по форме — на простое и сложное, 4) по проявлению — на явственное и скрытое. Разделение воспаления кишок по припадкам есть одно из лучших. В этом случае оно бывает: лихорадочное, или скоротечное, и нелихорадочное, или хроническое.

Признаки воспаления лихорадочного. Сначала появляется озноб, потом жар, с развитием которого развивается сильная, постоянная жгучая, колючая или режущая боль в кишках, увеличивающаяся при давлении на больное место и при сильном потрясении тела при кашле, чихании и проч. Боль эта часто распространяется по всему животу, который делается напряженным и твердым. К ней присоединяются, кроме того, сухость и краснота языка, сильная жажда, запор, иногда тошнота и рвота.

Моча красная, жгучая, пульс сжатый, напряженный, твердый, ударяющий подобно струне, а чаще слабый, и тем слабее, чем сильнее воспаление. Дыхание короткое; руки, ноги и голова холодеют, несмотря на сильный жар в животе. Беспокойство и тоска; лицо впалое, бледное, по временам покрывающееся скоро проходящею краснотою и, видимо, выражающее страдание больного. Всеобщая слабость, воспаленная часть кишок, чем ближе к желудку, тем более замечаются краснота языка, жажда, тоска и щемление под ложечкою. Чем более бывает других сопутствующих (сочувственных) припадков, тем самая горячка сильнее, и в таком случае боль сосредотачивается около пупка — места, соответствующего положению тонких кишок.

При воспалении же толстых кишок боль распространяется по положению ободошной кишки, или соответственно прямой, причем бывает боль в пояснице. Запор при воспалении толстых кишок обыкновенно сильнее, беспрерывное жиление, иногда с извержением белой и вязкой слизи, спазматическое сжатие заднего прохода, а иногда выпадение прямой кишки, наполнение и растяжение геморроидальных сосудов, а иногда и остановленное мочеиспускание. Горячка при этом слабее, по причине меньшей чувствительности толстых кишок пред тонкими. Высшую степень воспаления сопровождают крайняя слабость, икота, бред, рвота низовыми испражнениями, лишение употребления языка. Наконец, на 3, 4 или 7 день воспаление оканчивается смертью. Если же оно не достигло высшей степени, и если подана надлежащая помощь, то при постепенном уменьшении припадков болезнь переходит в здоровье, а иногда хроническую, нелихорадочную форму.

Признаки нелихорадочного воспаления. Ощущение тупого давления в кишках, которое при потрясении и ощупывании живота переходит в явственную боль. Частые запоры и рвота; трудное мочеиспускание; усталость; пульс большею частью слабый; по временам, особенно к вечеру, беглый жар и краснота лица, холод рук и ног; в лице больного выражается что-то особенное; оно представляется как бы диким и усталым.

Причины внутренние (предрасполагающие): брюшное полнокровие, особенно в нижней части живота, глисты, упорные запоры, засорение и затвердение в кишках, сращение их сторон с другими, камень, образующийся в их канале, грыжа, понос простой и кровавый, брюшная водяная болезнь.

Причины внешние (производящие): простуда нижней части живота и ног во время лежания животом на сырой голой земле, также и во время замоченного платья и сырости обуви. Очень холодное питье, употребляемое на разгоряченное тело. Все острые вещества, как-то: перец, имбирь, некоторые виды сыра, особенно лимбургский, незрелые плоды, излишнее употребление орехов; ветрогонное пиво, как-то: старое окисшее, особенно так

называемый в народе «сынок», равно старое, закупоренное в бутылках пиво или брага, также молодое вино. Сильные слабительные лекарства; разные яды, попавшие внутрь, излитие острой желчи. Также вещества жесткие и скатывающиеся легко в шарики, например, косточки из плодов, острые подкладки и разного рода механические насилия, например, наружные удары, остановленные насильственным образом, привычные, искусственные и естественные испражнения. Сюда принадлежат: скорое, но постепенное закрытие искусственных ран в виде фонтанелей и заволок, остановка геморроя, месячных и родовых очищений, закрытие продолжительных язв, скрытие наружных воспалений и сыпей, наружный понос, ущемленная грыжа, завитие кишок, колика всякого рода, трудные роды. Земледельцы и осушители болот преимущественно бывают подвержены воспалению кишок.

Сущность лихорадочного воспаления кишок одинакова с сущностью того же воспаления желудка, сущность же нелихорадочного воспаления состоит преимущественно в увеличенной оседаемости и плототворительности кишок.

Распознавание лихорадочного воспаления легко, нелихорадочного же, особенно тихого и притом занимающего небольшое пространство, очень трудно. Нередко оно не узнается в течение нескольких месяцев и даже лет. Следовательно, должно обращать внимание и на самые малейшие припадки, указывающие на неправильное состояние кишок. В лихорадочном воспалении кишок рвота пометом или калом означает завитие их, а рвота желчною, густою, клейкою, большею частию темнозеленого цвета, материею, опускающеюся при смешивании с водою на дно сосуда в виде отседа такого же цвета, служит характеристическим постояннейшим знаком в начале этой болезни.

Но главное должно быть осторожным, чтобы не счесть за воспаление кишечную колику, например, ветреную, нервную и др., которые особенно отличаются от воспалений отсутствием лихорадочных припадков и перехождением боли с одного места на другое.

Предсказание, как в лихорадочном, так и в нелихорадочном воспалении, всегда сомнительно и очень часто неблагоприятно. В лихорадочном потому, что оно очень быстро развивается; в нелихорадочном — потому, что очень трудно распознается, так что в продолжение распознавания болезни происходят такие изменения в кишках, которые искусство не в силах исправить. Кроме того, предсказание зависит от качества причин, производящих возможности или невозможности удалить их, от степени продолжения места и пространства воспаления. Увеличивающаяся опасность жизни определяется по степени боли, рвоты, икоты, тоски, по малому пульсу и холодности членов.

Надобно остерегаться и не почитать за хороший признак

уничтожение боли при других признаках сильной болезни. Если рвота только бывает попеременно, а боль переходит со своего места, причем промывательные (клистиры) выходят низом с испражнениями, то это служит благоприятным признаком. Но ежели больной извергает рвотою промывания, ежели он крайне ослаб, пульс мал и дрожащий, если он бледен, дыхание противно и зловонно, то это признаки опасные, служащие основательными данными к заключению, что болезнь кончится трагически. Вязкий пот, черный и зловонный помет, перемежающийся пульс, совершенное прекращение боли — знаки начавшегося уже омертвления и близкой смерти.

Исходы: 1) Разрешение по прошествии 8 дней, совершающееся мочею, испражнениями низом, потом кровотечениями из геморроидальных сосудов. 2) Сращение кишок между собою и с около лежащими частями посредством ложной перепонки, образующейся из сгущаемой пасоки, отделяемой стенками кишок, вследствие чего происходят запоры и колики; иногда отделившаяся пасока выходит в виде лоскутков с испражнениями. 3) Нагноение. В этом случае боль продолжается, но более тупая, чем острая; живот не опадает; испражнение низом бывает затруднительно; наступает медленная горячка. Гной или выходит низом чрез заднепроходную кишку, что подает повод ожидать совершенного исцеления, или проедает кишки и изливается в пустоту живота, после чего следует смерть по причине неизбежной чахотки, либо по причине кишок, сросшихся с мочевым пузырем, прорывается в пузырь, из которого гной и испражнение выходят вместе с мочею.

4) Отолстение, которым наичаще оканчивается воспаление хроническое, или нелихорадочное. При этом бывает чувство тяжести или тупого давления в том месте, где прежде была боль, затруднительное испражнение низом, сухость во рту, иногда тошнота и рвота калом с судорогами и другими мучительными припадками, оканчивающимися смертию. Это отолстение можно узнать ручным исследованием, особенно у людей худощавых.

5) Омертвление. Оно свойственно только воспалению лихорадочному, или скоротечному. При нем совершенно и внезапно прекращаются все боли и мучения; испражнение низом бывает против воли и в большом количестве с гнилым запахом; силы ужасно слабеют, хотя чувства души больного бывают необычайно веселы и живы, пульс делается перемежающийся, едва приметный. Исход этот всегда смертелен и происходит большею частию на 1, 2, 3 день болезни, редко позже, чаще случается у людей очень чувствительных и при воспалении тонких кишок. Однако есть примеры, что при свертывании или завитии кишок и ущемленной грыже, омертвелые их части в первом случае извергаются низом лоскутами, а во втором вынимаются чрез наружное отверстие, и жизнь может быть спасена. Вот лечение.

следующие применения воды:

1) еженедельно — три сидячие ванны;

2) каждый день утром и вечером усиленно обмывать водой с уксусом грудь и живот;

3) еженедельно нужно принимать полуванну (одну минуту).

Через четыре недели можно вполне освободиться от своей болезни. Внутрь принимается два раза в день по 12 полынных капель в теплой воде.

Каменная болезнь

Определение. Каменная болезнь есть каменнородное отложение или скопление каменного вещества в виде песка или камней в какой-либо полости тела.

Разделение. Так как местопребыванием этой болезни бывают большею частию желчный пузырь, почки и мочевой пузырь, то и каменная болезнь разделяется на: 1) желчно-пузырную; 2) почечную и мочепузырную.

Признаки желчно-пузырной каменной болезни: часто возвращающееся чувствование тяжести и нытье в печени, ожесточающееся особенно при сильных сотрясательных движениях и гневе; горький вкус, тошнота и самая рвота, потеря аппетита, желудочные спазмы, нередко возвращающиеся без всякой другой причины и распространяющиеся по всему животу; испражняемые низом вещества цвета белого, как бы молочного.

Признаки почечной каменной болезни. Боли, более или менее постоянные в той или другой или в обеих почечных сторонах. К этим болям присоединяется сильная боль в пояснице, а иногда и во всей ноге, соответствующей страждущей почке; чувствование нытья и боли в бедре и сильное потягивание соответствующего яичника к брюшному кольцу: моча часто слизистая и мутная, а иногда совершенно водянистая, в том и другом случае дающая тяжелый осадок разных цветов, в котором обнаруживается присутствие песка, а иногда мелких камешков, которые большею частью бывают продолговаты, наподобие финиковой косточки или кедрового ореха, и притом всегда почти имеют цвет желтовато-беловатый.

Признаки мочепузырной каменной болезни. Чувствование тяжести, нытья и лома в мочепузырной стороне, боль перед мочеиспусканием и после него частое побуждение к мочеиспусканию, нередко с затрудненным, совершающимся капля по капле (и даже совершенно невозможным, особенно внезапно в ту самую минуту, когда моча бежит ручьем). Через некоторое время моча делается слизистою с гноевидным осадком или кровянистою, причем мочеиспражнение становится более или менее болезненным, преимущественно в шейке пузыря после движения,

а особливо после езды верхом или в повозке по неровной дороге. Эти последние явления показывают отолстение и изъязвление мочевого пузыря. Впрочем, замечено, что мочепузырные камни, достигши высшей степени развития, иногда на первое время не дают заметить никакой боли, но потом она даст себя знать впоследствии.

Вот был пример, насколько вода была полезна от этой болезни. Один господин заболел в лучшие годы своей жизни. У него появились сильные боли в почках, и моча не могла отходить. Приглашенные врачи объявили, что в мочевом пузыре образовался камень, который может быть удален только посредством операции. Больной никак не хотел решиться на это. Этого господина навестил его знакомый с целью осведомиться о его болезни и посоветовал ему принимать утром, в полдень и вечером теплую сидячую ванну из отвара полевого хвоща и перед каждой ванной выпивать по чашке настоя из того же полевого хвоща. Через 36 часов отделился камень, величиною почти в кедровый орех. Все боли сразу прекратились, и больной выздоровел, и все по милости воды.

Понос

Определение. Понос есть частое, более или менее жидкое и многоколичественное испражнение низом, предшествуемое и сопровождаемое кишечными спазмами.

Признаки. Общая форма поноса ограничивается собственно усиленными, ускоренными и учащенными испражнениями на низ более или менее неправильного качества. Что же касается до частных форм поноса, то они столько различны, сколько различны его видоизменения.

Разделение. По присутствию и отсутствию лихорадочных припадков понос разделяется на лихорадочный и нелихорадочный. По неправильному качеству самих испражнений понос бывает: 1) Сырой, когда извергаются испражнения, состоящие из непереварившихся пищевых и питьевых веществ. 2) Желчный, когда в испражнениях находится много желчи. 3) Мокротный, когда испражнения обнаруживают слизистое или мокротное свойство. 4) Водянистый (мыть), когда испражнения бывают водянисты. 5) Млечный, когда испражнения походят на млечный питательный сок. 6) Гноевой, когда испражнения бывают гнойные. 7) Кровянистый, когда испражнения обнаруживают присутствие крови и походят на густые мясные помои. 8) Гнилостный, когда испражнения обнаруживают гнилостные свойства.

Но главное существенное различие поноса состоит в его происхождении, по которому он разделяется на:

1) Первоначальный, происходящий вследствие прямого действия причин производящих на желудочно-кишечный канал.

2) Последовательный, происходящий от других болезней в теле, который подразделяется на: а) переносной, происходящий от переноса какой-либо болезненной материи с других органов на кишечный канал; б) припадочный, происходящий вследствие общего болезненного состояния тела. Сюда принадлежит понос собственно первоначальный, наичаще случающийся у поселян.

Причины первоначального поноса внутренние (предрасполагающие): 1) слабость желудка, излишняя раздражительность кишечного канала, особенно вследствие предшествовавших в нем болезней, по которой расположены бывают к поносу люди слабые, нежные и особенно те, которые перенесли сильную болезнь, например, воспаление, горячку и т. п., а женщины — много потерпевшие от трудных родов. 2) Полносочное телосложение, по которому расположены бывают к поносу более слизистому люди мокротные, полные, сырые. 3) Многожелчность, по которой расположены к поносу более желчному люди желчные, сердитые, злобные, у которых отделяется много желчи и печень бывает раздражительна.

Причины первоначального поноса внешние (производящие): 1) неудобоваримая по своему качеству и количеству пища и питье. Сюда принадлежат все излишние слизистые вещества, особенно мучная, сдобная, рыбная пища, сладкие, соленые плоды и овощи, вещества жирные, масляные, например, мясо баранье и свиное, приправа кушаний большим количеством выжатых масел как то: конопляного, макового, орехового, льняного и т. п., жареные в масле и сметане грибы, особенно более или менее вредные, например, опенки, сморчки и т. п., вредное и ядовитое влияние которых распознается особенною их пестротою и пустым корнем; все сладкокислые вещества, особенно составляемые из медовых веществ с кисловатыми, например, буза, пиво с медом, мед с квасом, кислыми яблоками и т. п.; дурная болотная, стоячая, испортившаяся вода. 2) Холод, непосредственно действующий на кишечный канал, и вообще простуда, по которой происшедший понос называется простудным (катарральным), которому преимущественно бывают подвержены охотники и земледельцы в летнее время, точно также, как и натужному, кровавому поносу, который часто начинается и оканчивается этим простым. 3) Угнетающие страсти: боязнь, испуг, гнев и другие душевные поражения. 4) Поглощение ядовитых веществ.

Причины последовательного поноса, как припадочного так и переносного, состоят в многочисленных болезнях, из которых глисты случаются у поселян чаще других болезней.

Сущность состоит в раздражении кишок и усиленном оттого их движении, которым кишки извергают остатки пищи.

Распознавание поноса от других болезней вообще просто; в частности же распознавание его видов требует точного исследования: 1) качеств испражняемого; 2) причин, как предрасполагающих, так и производящих.

Предсказание относительно опасности для жизни большею частию, неважно, за исключением поносов придаточного и переносного, которые очень легко могут быть смертельными. Относительно продолжительности болезни предсказание основывается на следующем расчете: все поносы первоначальные нередко проходят и сами собою излечиваются. Гораздо скорее, нежели все прочие, поносы переносные скорее проходят и излечиваются, чем припадочные, за исключением поноса критического, который обыкновенно сам собою оканчивается в короткое время, если только кончилась болезнь, произведшая его.

Исходы. В здоровье легко переходят поносы первоначальные; из последовательных — обыкновенно критический. В другие болезни, как то: хроническое расслабление кишечного канала, выпадение заднепроходной кишки, изнурение сил и питания и разрушительные изъязвления кишечного канала. В смерть легко переходят поносы припадочные, разрушительные и другие, чрез изнурение тела.

Вот пример этой болезни:

Один господин является ко мне и рассказывает: «У меня постоянно понос, который усиливается, когда я бываю в дороге. Этою болезнью я страдаю уже 3/4 года». У этого человека был здоровый вид, свежий цвет лица, телосложения он был не слишком полного.

Применения воды: 1) ежедневно утром и после обеда — верхнее обливание; 2) каждое утро больной ходил по воде, а после обела ему делали обливание коленей.

Эти применения воды оказали такое действие, что больной почувствовал позыв на низ только через пять дней. Внутрь он принимал ежедневно по шесть-восемь ягод можжевельника.

«Почему же в этом случае назначились такие применения воды, которые совершенно отличаются от обычных?» — мог бы спросить иной читатель. На это я отвечу: «Так как этот человек на вид был здоров и крепок, то это служило доказательством, что организм его обладал достаточною природной силой; если поддержать эту силу и вызвать еще больше теплоты посредством применения воды, то жизненная сила вскоре исцелит этот внутренний недуг.» Дальнейшие применения воды: 2—3 полуванны еженедельно, или столько же верхних обливаний с обливанием коленей.

Кончаем эту бесценную и в высшей степени полезную книгу, в которой изложены простым и всем доступным образом все недуги и все человеческие трудно-тяжкие болезни и исцеление их.

СТРОЙИЗДАТ в 1992 ГОДУ



ИЗДАТ
ГОДУ

«Стройиздат» — одно из крупнейших издательств страны — выпускает ежегодно около 1000 названий книг, журналов, плакатов общим объемом до 8000 издательских листов, тиражом более 20 миллионов экземпляров.

Учебная, научная, справочная, производственная и научно-популярная литература освещает проблемы теории, истории, практики архитектуры; планировки и благоустройства населенных пунктов, защиты окружающей среды; реставрации памятников архитектуры; строительной механики; проектирования и расчетов строительных конструкций; экономики и организации управления строительством, производства строительных материалов; фундаментостроения, гидротехники; инженерного оборудования населенных пунктов, зданий и сооружений; жилищно-коммунального хозяйства; городского транспорта; тушения пожаров.

«Стройиздат» имеет филиалы в городах Санкт-Петербурге, Красноярске и Ташкенте.

К созданию книг привлекаются ведущие ученые, высококвалифицированные специалисты, сотрудники научно-исследовательских и проектно-конструкторских учреждений, лучших строительных организаций страны.

Прочные деловые контакты сложились у «Стройиздата» с однопрофильными зарубежными издательствами — «Аркады» Польской Республики, «Техника» НРБ, «Мюсаки» и «Академия» Венгерской Республики, «СНТЛ» и «Альфа» ЧСФР, «Граджевинская книга» СФРЮ, «Эдитура техника» СРР и другие. «Стройиздат» является партнером крупнейших издательств и фирм Великобритании, США, ФРГ, Финляндии, Франции, Японии и др.

С момента присоединения СССР к Всемирной (Женевской) конвенции об авторском праве издательство выпустило в переводе на русский язык свыше 500 книг авторов многих стран Европы, Азии, Северной и Южной Америки.

Новой областью является выпуск одновременно на двух или нескольких языках совместных изданий написанных авторами — ведущими специалистами из нескольких стран.

Продукция издательства высоко оценивается специалистами. Книги и журналы, выпускаемые «Стройиздатом», пользуются спросом и за рубежом. По данным ВААП, на книги издательства за каждое пятилетие удваивается количество заключенных с зарубежными партнерами контрактов на уступку прав.

Адрес издательства: 101442, Москва, ул. Каляевская, д. 23а
Контактные телефоны: 258-62-55, 258-80-82.

«Стройиздат» приглашает вас к сотрудничеству

Центральное конструкторско-технологическое бюро КПО «ЦЕНТРОСОЮЗТЕХМАШ»

ЦКТБ имеет богатый опыт по созданию оборудования для различных отраслей деятельности потребкооперации и на протяжении более 30 лет ведет работы по механизации трудоемких процессов на предприятиях общественного питания и торговли, хлебопекарной промышленности, в мясоперерабатывающем и консервном производствах.

Справочно-информационный фонд организации располагает обширным объемом: инструкции по безопасности труда, нормы расхода материалов, ремонтная и нормативно-техническая документация, необходимая для производства и выпуска качественной продукции.

Специалисты нашей организации ведут постоянно анализ своей деятельности, своевременно внедряют новые технологии и ставят перед собой задачу расширения сферы своей деятельности, в этом направлении принимают заказы на следующие работы и услуги:

— разработка комплексных решений по созданию и расширению приемо-заготовительных пунктов и заготовительно-перерабатывающих предприятий, созданию под «ключ» цехов малой мощности по колбасному производству, по переработке плодоовощного, лекарственно-технического и вторичного сырья;

— изготовление созданного оборудования, его монтаж, наладка и обучение обслуживающего персонала;

— разработка технологической оснастки и нестандартного оборудования;

— техническое обслуживание и ремонт радиоэлектронной аппаратуры зарубежного и отечественного производства;

— разработка и изготовление средств автоматики для управления коптильными установками, в том числе измерителей, регуляторов датчиков температуры и относительной влажности;

— разработка внешнего вида изделий различного назначения;

— изготовление демонстрационных макетных образцов;

— информационное обеспечение в режиме разовых запросов и постоянного абонементного обслуживания;

— все виды патентных услуг и оформление заявочных материалов на изобретения и промышленные образцы;

— внедрение системы безопасности труда;

— организация ремонтного производства;

— обеспечение предприятий нормативно-технической документацией по стандартизации, метрологии, испытаниям.

Интересующую Вас информацию о деятельности нашей организации Вы сможете получить по адресу:

310060, г. Харьков, пр. 50-летия СССР, 171/1.

Тел.: 92-22-81, 92-11-20

Российская пушно-меховая, кожевенная товарно-сырьевая биржа «МОСКОВСКИЙ ПУШНОЙ АУКЦИОН»



ВАШИ ПАРТНЕРЫ — ВО ВСЕХ УГОЛКАХ СТРАНЫ

Биржа специализируется на торговле:

— пушниной, кожевенным, шубно-меховым, каракулево-смушковым сырьем;
— шерстью и другим сырьем легкой промышленности;
— рыбой, рыбной мукой, кормами, ветеринарными препаратами для пушных зверей;
— технологическим оборудованием, технологиями для зверохозяйств, легкой, рыбной, мясомолочной промышленности;
— строительными материалами;
— готовой продукцией из кожи, меха, шерсти и других товаров легкой промышленности;
— мясомолочной продукцией.

САМЫЕ ШИРОКИЕ ВОЗМОЖНОСТИ ДЛЯ ОБМЕНА НА БАРТЕРНОЙ ОСНОВЕ

БИРЖА ПРОВОДИТ АУКЦИОНЫ: ПУШНИНЫ. ПО ПРОДАЖЕ ШЕРСТИ. КОЖИ.

Учредителями биржи являются: ассоциация «Российская пушнина». Концерн «Российский мех». Росмясомолпром. Союз кооперативов рыбного хозяйства СССР и другие.

Членами биржи — владельцами брокерских мест могут стать: зверохозяйства. Предприятия легкой. Рыбной. Мясомолочной. Лесоперерабатывающей промышленности. Потребительской кооперации. Колхозы. Совхозы. Иностранные фирмы. А также другие юридические и физические лица.

За справками обращайтесь по адресу:
101000, г. Москва, Колпачный пер., 14
Контактные телефоны: 208-67-18, 208-41-76

Настольная КНИГА бизнесмена

Если Вы хотите преуспеть в рыночной экономике, тогда наша реклама для ВАС

Информационно-внедренческий центр «Маркетинг» предлагает: настольную КНИГУ хозяйственного руководителя, предпринимателя, коммерсанта, бизнесмена (объем свыше 200 страниц, цена 192 руб.).

КНИГА содержит:

— *словарь-справочник по рыночной экономике;*

— *комплект образцов хозяйственных договоров по всем основным видам деятельности (производственной, коммерческой, научной и др.);*

— *рекомендации по [illegible] контрактной формы найма, организации и [illegible] (приводятся образцы примерных контрактов [illegible] предприятий, их филиалов, отделов, подраз[illegible] а также со специалистами и работниками);*

— *адреса и телефоны [illegible] контор и фирм, осуществляющих посредни[illegible] деятельность по купле-продаже товаров народного [illegible] и продукции производственно-технического назначения.*

Если Вас заинтересовала предлагаемая КНИГА, Вы можете заказать ее в необходимом количестве, выслав письмо-заявку (с указанием Вашего точного почтового адреса) с приложением платежного поручения об оплате по адресу: 129347, г. Москва, почтовое отделение И-347, ИВЦ «Маркетинг». *По желанию заказчика КНИГА высылается наложенным платежом.*

Наш расчетный счет № 468890 в коммерческом банке «Аспект» в Бабушкинском районе г. Москвы, МФО № 201296.

Срок исполнения заказа в течение 3 дней после получения письма-заявки и платежного поручения об оплате.

Справки по телефонам: 583-22-84, 581-24-30 с 9 до 21 часа в любой день недели.

«Маркетинг» — Ваш надежный помощник на трудном пути к рынку!

Акционерный банк потребительской кооперации «ЕДИНСТВО» — крупнейший кооперативный банк страны

Приглашает краевые и областные потребсоюзы, их организации и предприятия, ассоциации и кооперативы стать его акционерами.

Учредителями Акционерного банка потребительской кооперации выступили 54 организации. В их числе — республиканские потребсоюзы: России, Украины, Беларуси, Казахстана, Грузии, Литвы, Латвии, Молдовы, потребсоюзы: Алтайского и Ставропольского краев, Амурской, Полтавской, Екатеринбургской, Вятской, Кировоградской, Пермской, Владимирской, Наманганской, Иссык-Кульской и др. областей, а также ряд совместных предприятий, ассоциаций и кооперативов.

Уставный фонд банка — 500 млн. рублей. Предполагается его увеличить до 1 млрд. рублей.

Приобретая акции банка, Вы получите прибыль и уверенность в своих делах!

Номинальная стоимость именной обыкновенной акции — 100 тыс. рублей, привилегированных акций — 5 тыс. рублей и 10 тыс. рублей.

Если вы заинтересовались предложением, просьба заполнить и выслать в адрес банка подписной лист по прилагаемой форме, а также перечислить денежные средства за приобретаемые акции на корреспондентский счет № 161406 в ЦОУ Госбанка СССР, МФО 299112.

Став акционером, Вы сможете принять участие в любых реализуемых банком программах!

Адрес банка: 103626, Москва, Б. Черкасский пер., д. 15
Телефоны: 927-07-35, 927-08-41, 927-09-69
Факс: 921-41-34

ПОДПИСНОЙ ЛИСТ

на приобретение акций Акционерного банка потребительской кооперации «Единство»

Наименование организации: ____________________

____

Почтовый адрес: ____________________

Руководитель: ____________________

Главный бухгалтер: ____________________

____

(полное наименование организации)

____________________ обязуется приобрести обыкновенные именные акции в количестве ________ штук номинальной стоимостью 100 000 (сто тысяч) рублей каждая на сумму ____________ в том числе за счет паевого вклада на сумму ____________ и привилегированные акции в количестве ________ штук номинальной стоимостью 5000 (пять тысяч) рублей каждая на сумму ____________

и привилегированные акции в количестве ________ штук номинальной стоимостью 10 000 (десять тысяч) рублей каждая на сумму ____________________.

При этом 50 % дополнительной подписки на акции на сумму ____________________ будут оплачены до 1 января 1992 года.

Остальные обыкновенные именные и привилегированные акции на общую сумму ____________________

____________________ будут оплачены до «   » 199   г. путем перечисления средств на корреспондентский счет Акционерного банка потребительской кооперации.

Председатель

Главный бухгалетр

М. П.

Баланс
Коопбанка Центросоюза СССР

АКТИВ	на 1.10. 1990 г.	на 1.10. 1991 г.
Паевые взносы в другие коммерческие и кооперативные банки	1,2	
то же в долевое участие	-	12,4
Задолженность по выданным ссудам	953,8	1736,5
в том числе:		
а) долгосрочным	485,6	661,6
б) краткосрочным	256,6	996,0
в) займам, предоставленным другим банкам	211,6	78,9
Средства на резервном счете в Госбанке	27,6	102,2
Дебиторы и кредиторы	2,3	4,1
Основные средства и хозяйственные затраты	0,2	3,5
Средства на корреспондентском счете	153,8	951,9
Прочие затраты	31,2	46,2
в том числе: отвлеченные средства	31,2	15,1
БАЛАНС	1170,1	2856,8

ПАССИВ	на 1.10. 1990 г.	на 1.10. 1991 г.
Уставный фонд	308,9	438,1
Резервный фонд	7,0	37,0
Фонд развития банковского дела	2,1	8,8
Фонд [illegible]ического стимулирования	1,4	1,6
С[illegible] на [illegible] счетах банков	123,3	1069,
Задолженность по займам, полученным от других банков	205,0	1007,
Вклады	419,9	181,2
в том числе:		
а) депозитные счета	419,8	178,8
б) граждан	0,1	2,4
Дебиторы и кредиторы	8,1	63,5
Прибыль	19,6	19,7
в том числе прошлых лет		
Прочие	74,5	-
БАЛАНС	1170,1	2856,

«МУРАМ»

Это несколько загадочное имя — название брокерской фирмы.

Она молода. Стаж ее работы — всего лишь несколько месяцев.

И тем не менее за это короткое время фирма сумела приобрести репутацию надежного делового партнера. Ее знают практически во всех регионах страны.

«Мурам» успешно сотрудничает с промышленными и сельскохозяйственными предприятиями и фирмами, организациями потребительской кооперации. Значительную часть своих доходов направляет на благотворительные цели.

С помощью «Мурам» Вы сможете выгодно продать и купить:

- *недвижимость;*
- *продукцию сельского хозяйства;*
- *машины, оборудование и технологию;*
- *автомобили;*
- *удобрения.*

Отличительные черты *«Мурам»* — компетентность и надежность.

Брокерская фирма *«Мурам»* будет рада помочь Вам. Обращайтесь к нам немедленно.

Тел. 457-90-04 доб. 311, 310.
457-71-43
Адрес: 125475, Москва, ул. Левобережная, 12 ГК «Союз»
Брокерская фирма «Мурам».

К сведению организаций и частных лиц

Научно-производственное предприятие «Норма-Текс» предлагает услуги всем заинтересованным организациям в осуществлении сделок на Бирже технологий (*г. Москва, ул. Петровка, 24*).

Предприятие поможет
продать любые виды товаров, оборудования и сырья по максимально высокой, аукционной цене биржи,

а также приобрести необходимые для Вас *новые технологии, сырье, оборудование, транспортные средства, тару, тароупаковочные материалы и прочие товары* по весьма широкой номенклатуре.

Фирма будет полностью представлять и защищать Ваши интересы в Москве.

Ждем Ваших предложений по продаже и заявок на приобретение товаров.

По всем интересующим Вас вопросам обращаться по адресу:
г. Москва НПП «Норма-Текс».
127412 Абонентный ящик № 12.
Тел.: 124-30-01
155-93-91

«ВЫХОД» — это торговля без посредников

Новая система торговли без посредников, создаваемая Торговым Домом «БК-309», позволит промышленникам России самим найти покупателей на Западе.

Информационная компьютерная сеть «Выход» уменьшает влияние посредников, соединяет производителя и покупателя. Приобретающие рабочее место брокера в Торговом Доме «БК-309», подключаются по телефонным [illegible] к информационной базе. Предприятие может само ввести [illegible] о своем товаре, напрямую связаться с продавцом и [illegible] точный адрес в отличие от обычных бирж, где сделки [illegible] через посредника-брокера, скрывающего координаты [illegible] и реальную цену товара.

Кроме того, Торговый Дом «БК-309» бесплатно предоставляет своим клиентам компьютер и модемы, необходимые для подключения к базе, а также телефакс, с помощью которого можно оперативно заключить договор о поставке.

Информационно-коммерческая сеть «Выход» Торгового Дома «БК-309» предлагает реализовать без посредников вашу продукцию,

приобрести любое сырье,
материалы, промышленное оборудование,
топливо, транспорт,
ценные бумаги,
пищевые продукты

по ценам, которые назначит сам производитель.

Это можно сделать по телефонным каналам с помощью компьютерной информационной сети «ВЫХОД» из любой точки страны.

В базе данных «ВЫХОДА» ежедневно более 15 000 предложений, которые дают свыше 600 производителей и абонентов информационной сети. Среди них такие мощные структуры, как Российская товарно-сырьевая биржа, Военнопромышленная биржа, биржа «АЗИЯ» и другие.

Через представительства сети «ВЫХОД» во Франкфурте-на-Майне, Сан-Франциско и Сингапуре о ваших деловых предложениях ежедневно будет знать весь мир!

Сеть «ВЫХОД» напрямую замыкает производителя и покупателя, дает их точный адрес, истинную цену и все требуемые сведения о товаре.

Абонентские сети «ВЫХОД» по сравнению с брокерскими местами на биржах сравнительно недороги — 200 тысяч рублей — однако цена на них растет.

При оформлении заявки укажите полное название своего предприятия, адрес, ответственного исполнителя и его телефон.

Среди абонентов Торгового Дома такие гиганты, как Нижнетагильский металлургический и Светлогорский целлюлозно-бумажный комбинаты, объединение» «СВЕМА», брокерские конторы крупнейших бирж России. Особенно много заявок поступает от предприятий оборонных отраслей.

Создаваемая Торговым Домом «БК-309» информационная система дает возможность внедрить в России широко применяемую во всем мире практику прямых сделок. Став абонентами «ВЫХОДА», отечественные промышленники ежедневно будут в курсе цен на производимый ими продукт на крупнейших биржах мира.

Это возможно благодаря подключению «ВЫХОДА» к мировым коммерческим сетям и корреспондентским пунктам при крупнейших биржах Чикаго, Нью-Йорка, Лондона, Франкфурта-на-Майне...

Торговый Дом «БК309» стремится к тому, чтобы положить конец бесконтрольному расхищению богатств России как ее собственными безответственными дельцами, так и западными фирмами, которые пользуются неосведомленностью наших промышленников.



Объединение периодических изданий «Центропресс»
ЛР 040191
Художник *О Терешин*

Сдано в набор 02.03.92. Подписано в печать 20.04.92.
Формат 84×108 1/32. Печ. л. 4,5. Усл. печ. л. 7,56. Уч. изд. л. 8,05.
Тираж 50 000 экз. Цена 15 руб. Зак. 1396





PHOTOS BY ANDREY G AKA DONUT190